# 四庫全書

子部

原書封面部別訛誤，應屬子部。

欽定四庫全書
集部
雲笈七籤卷八十七
八

詳校官監察御史臣邱庭漋

檢討臣何思鈞覆勘

總校官庶吉士臣倉聖脈

校對官中書臣金光悌

謄録監生臣馮　堪

雲笈七籤卷八十七

宋 張君房 撰

諸真要畧

太清神仙衆經要略

武當山隱士南陽翟煒撰

抱朴子初受業於從祖玄其覺悟超至包綸身神以為奇偉所達也精曠之流僉亦歸屬乃分居浙陽之山既而患門人學者有徵衆之惑復追玄於宜都問曰夫昔以度徵人以貌兆若巫咸之星經度無遺算季咸之神

占貌無失揣列子之三顧而季咸陋其術掐天之襄陵而巫咸空其籍謂聖人天道不可得而測之歟謂二咸之虛詭而妄經術歟天道聖人故以遠矣今之即事人有求度於洪者衆矣始進之貌俛視謹精沈肅彌篤若志至而不可加者及服道暫年學宗未淹而毀隨已興沮徒愆結蕞爾隱居二三之衆貌非一子之類然而不可得而詳又何況子長驅世利馳競生榮陰機密巧廣羣術衆以惑其君而可辨哉此洪所亂也亂所寔洪聖

人其無病諸乎玄曰巫咸之准玄度季咸之辨血機並得之於數分亦聖習之一途未可以侮而欺也夫人精神之蒸生非氣無以兆其形氣之結形非性無以成其體故形長而煩性滋深年茂而濁欲愈甚也是以聖人之垂道清淨以潔精神除煩以混元一故能囊括玄和照明無障而習潔有諧否除煩有深淺致使神裕有遠近叡能有彼此陵陽所以善啜霞於朝陽而不能襲馮夷於濤駕者也夫學窮盡於數分者未必通於心明通

於心明者未必陶於氣表陶於氣表者未必至於虛寂之真表也而責巫氏之闇洪災季占之迷靈貌謂聖人之亂處物不其固矣夫天地以元氣而著成聖人以性鍊而陶真元氣有渾頗渾頗在剖判之前剖判然後有象列象列然後有晷度晷度在數見之內洪災生於渾頗之運故洪災不可以數見審也性鍊有芭玄芭玄在蒸生之外蒸生然後有形色形色然後有血機血機在觀揣之內靈貌生於芭玄之運故靈貌不可以觀揣得

也是以至人不責鑒於備途知其神分之有巨細學鍊之有高卑也昔者吾嘗學於陶先生與邯鄲太子王休長延閻子甘元淑弘農張伯英青牛子封君達河南卜文先陳留成仲式等俱受五氣端玄經數子並以學達昇玄而吾以滯昧濁質弗通味旨然所誌畧猶可得而言夫人稟生之有真偽神分之有巨細皆五氣之所流也是以至人莫不精乎五氣之學以鑒神分之源師導者莫不明乎五氣之本以弘真玄之教王者莫不通乎

五氣之性以闡天地之和貫於五氣之用大矣哉夫五氣者陰陽之中五常之氣也夫人生天地之間其形骸五蔵之氣一象天地五形四時之賦也天以五行為五常人以五行為五蔵天以木府仁其温為春以主生生之常温精上結為歳星以照開篤之表人以木為肝其識為慈以為温恭喜悦之蔵其蔵精上形為口以任啟泄之司象天之有春德以生其吐舒發叙之意也天以火府禮其炎為夏以主茂盛之常明靈上臨為日以宣

曜明之道炎精上結為熒惑之星以表察司之禁人以火為心其識為哲以為鑒達之藏其藏精上形為目以任光視之司象天之有夏有日以生其明勝長大之意也天以土府信其厚為地主王季夏統維四方以主産施安給之常厚精上結為鎮星以照公靖之表人以土為脾其識為公正之藏其藏精上形為舌以任審味弘當之司象天之有土德以生其受宜辯重之意天以金府義其凉為秋以主威裁萬物之常凉精上結為太白之

星以照斷肅殺之表人以金為肺其識為氣威之藏其藏精上形為鼻以任猛決臭馨之司象天之有秋德以生其威亮敷簡之意天以水府智其寒為冬以主保實澄嚴之常義靈上臨為月以宣晦皇賛玄之道寒精上結為辰星以表法慎之禁人以水為腎其識為領以為禽獸沈驚之藏其藏精上形為耳以主聽採聞鑒之司象天之有冬有月以生其謙承納之意人之有五藏溫涼寒燠猶天之有四時也人之有耳目猶天之有日月

也人之有精神猶天之有太帝也精神居乎心脾之中
肺肝之間猶太帝處四守之内也精神以膽為御坐猶
太帝之居紫微宫也以心為御庭猶太帝以太微為御
庭也以脾為内室猶太帝以軒轅為内舍也以肝為咸
池以肺為天河以腎為司關猶太帝之有四守也紫微
執計而先左故精神據膽而守肝是以人生莫不以溫
恭慈喜為先治也精神以氣為乘輿以行為五識猶太
帝以運為術行以周乎天也

夫氣之在人亮清而為嚴氣濈濁而為咶聲揺延而為音咶放舒而為呼音平辯而為言呼怒鼓而為詈言深為語語深為談談深為論論深為議議深為罵罵深為詈詈深為謗謗深為誹誹深為讟
氣整沖至精神篤之為志氣循准常精神守之為性氣會機指精神適之為情氣密隱模精神運之為意氣合裏遇精神澄之為懐氣因事結精神係之為憂氣美偶觸精神降之為勇氣聳馳御精神崇之為願氣仁垂注

精神鍾之為念念深為矜矜深為愍愍深為慈慈深為悲悲深為啼啼深為號皆肝府之氣起也

夫肝者精神首運之路也故嬰兒之生墜藉而先啼肝氣激也未知偶識於人寤寐怡然而獨笑肝氣浮也未知有摇於人摳支躁然而獨摇肝氣煩也多恐驚而無當捍之威善直一而無繁碩之欲皆精神未及周御於肺脾心腎四藏之氣也

夫寬嵬者精神所首左枕為寬嵬精神所體右據為嵬故

肝藏䰟䰟動為恐肺藏魄魄動為懼魂震為驚魄震為怖故嬰兒之所以多恐驚者精神之所在肝也及其長有怯勇者膽虛為怯膽實為勇膽附乎肝生而怯膽附乎肺生而勇剛捍而生膽附乎肺柔澤而生膽附乎肝人怯積習禦捍變而成勇者膽氣漸而增也人怯醉酒恚亂奮而成勇者膽氣脹而滿也醉而喜怒悲呼交錯不至其常者五藏之氣浮而亂也

精神御氣于肝氣清而為溫恭慈仁深念之遠其體恭

而安其視治而正氣浮而為喜適感會之悅氣傾而為戲歡笑劇之極氣激而為啼號哀泣之至由是有樂極則悲悲極則樂亦復為憂恐怵惕愧懟之時皆肝府之氣激動之中因事周環懼憂之所生也

精神御氣于脾氣清而為公正弘暢吟詠閒遠之思其貌則和而舒其視則平而亮氣浮而為輕委於物不慮之誤氣傾而為寬慢驕縱豪誕忽忘之失氣激而為矜擾怨恚嫌恨忿懟距塞之違

精神御氣于心氣清而為鑒達周物之敏其容是有決速之精氣浮而為虛華矜妄輕談齟齬詆訶是非之論氣煩而為躭愛美著奢華矜誕尅好勝人之傲其視則高而眇其與人對則以貌忽人有蕭然無偶之狀舉動不自勝守氣激而為脫輕飆躁之烈

精神御氣于肺氣清而為貌威色尊不可狎之顏氣浮而為輕冶貌列高深失准有不常之色氣煩而為凌侮莫顧之畜氣激而為勃怒振勇驚急之害

精神御氣于腎氣清而為謙儉約謹之節氣浮而為妄欲諱匿悔惱之弊氣煩而為貪悋嗜欲聚斂無厭之鄙氣激而為衝忌陰邪謀逆之毒夫人之生氣未嘗不煩煩者氣積之大恒也遇靜則清氣有生遇動則浮氣益起遇發則煩氣益盛遇觸則激氣益迅氣有流謝故氣煩則怠怠必弊弊而多過過者觸觸而激激必竭竭則衰衰則精神散矣散則絕絕則形體朽矣竭遇驕極風厲入之則暴卒而僵衰極氣盡則老斃而終此人生之所

以死也溫恭慈喜之變變而為諂柔而為曲恭而為媚其俯仰之謹色色則虛而俛措俛措則婉而卑其容貌有不安之候公正之變變而自專無憚翹陸肆固之驕其措則好訐人之行以為已正之驗也貌威之變變而為侮忽凌誕之慢媢嫉矜害其道掩善其目則竭而冗其色則顔而懍其與言則不稱憂人之微也鑒達之變變而為巧佞機詭讒毀之姦其言則易而若真其宣則浮而振亮其目睛候滕則摇易而竊速有不治守之動

其操則不能久居重定也謙儉之變變而為密毒陰違之武亦為残虐僭逆之奸其視則下而鬱其直則巧而嚴其意則曠而戾其與居則有憤噫遽奮之效也是五變之俗皆化利之所由也是以聖人之和天地達民有五氣之變故不以意利而化之也

夫上好逸豫愛民有由恭阿順之巧厚之以利則民競諂柔色順之媚以求之故邪偽化惑之俗興而木行篤直之氣失矣失積則咎氣有餘縮之差世犯歳星之忌

災則有溫毒之疫民負司命之禁殃則有項痛煩殞奪壽促命之死咎氣流注蒸産而相生為諂諛遺釁之燼上好寛委愛民有徑執偏專之守厚之以利則民競肆固矜誇之見以求之故狠軼忿戾化亂之俗興而土行公利之氣失矣失積則地有舒泄穢結亂積風雷反震動之故世犯鎮星之忌災則有悖氣蒸毒之疫民負司危之禁咎氣流注蒸産而相生為驕逸恣惰遺釁之燼上好煩品愛民有降若風邁之貌厚之以利則民競魁

峫豪傑爭第妄進之奸以求之故相凌踐蔑忽禍化流亾之俗興而金行信質之氣失矣失積則時有雪霜愆節之侵世犯太白之忌災則有氣痛之疫民負司契之禁殃則有癘竭氣斷及兵凶震殺奪壽促命之死咎氣流注蒸產而相生為侮慢相仇遺釁之燼

上好慧敏愛民有文辯彩豔之巧厚之以利則民競機飾浮詭流尚之偽以求之故佞偽掩聽化闇之俗興而火行哲明之氣失矣失積則日有病無光勃蝕之促世

犯熒惑之忌災則有暑毒之疫民負司順之禁殃則有鬼魅忤痛心悶殞絶慌惱及狂逆妄圖不道之覬奪壽促命之死𣳿氣流注蒸産而相生為奢華佞害䦨覦遺釁之燼

上好嚴厲愛民有敢斷尅決之巧厚之以利則民競懐毒逞其害烈之能以求之故空悉陰圖禍背化逆之俗興而水行義守之氣失矣失積則月有黶虧昆傷遲速不常之度世犯辰星之忌災則有陰毒之疫民負司録

之禁殃則有殘痼滯瘠暴僵及盜賊獄戮奪壽迫促殘命之死咎氣流注蒸產而相生為凶淫禁虐遺釁之燼化失五常之氣世運五常之災民沈五促之燼皆榮辱爭奪恥怨仇侮嫉媢之所生也

夫民之生性莫非氣煩氣煩則嗜欲生焉原夫嗜欲之本勢不踰乎口實五味體充衣暖男女偶適之間而已矣五德之後無故以珍食華服重嬪嬙之選利害炫耀長而茂之為無厭之盛也於是乎利害生榮辱榮辱生

喜怒喜怒生是非是非生賞罰賞罰者化末季之穢者也聽訟者天下之禍弊者也賞罰聽訟非所以斷嗜欲之茂也古先之爲者蓋自尊其勢而爲之者也

夫嗜欲之茂好利而惡害喜榮而怨辱失其常姓爲五燼之源豈有厭乎極已哉故其嚮榮也靡知足其喜故其觸辱也莫知已其忿當其所爭也奮劒振鋭冒嚴陷凶不遠矢刃之屠不顧性命之歿父子兄弟不假相格故胡可以介介乎是非繩墨而欲以裁之哉胡可以未

来乎賞罰之准令而能以遏之哉亂民五清之氣成民五爐之殃皆由王者使五爐之士治五爐之民不自知已有五爐之固其知拯民有五爐之難乎秖相激戾而生其釁怨此不達之咎也故雖眛旦不怠徒苦心而無成星言夙駕徒勞役而無濟夫道德之運世也不眩民以煩利則民無所馳其奸求不促民以煩辱則民無所忿其恥怨奸求恥怨弗行則嗜欲自簡嗜欲自簡則民俗定一民俗定一則太平淳樸雍和淑豫之深至矣太

平之民不自知在太平之世所以雍和淑豫然也惡識夫榮辱爭奪恥怨仇侮嫉娼之措哉

若夫崐墟之南而西北東北諸域之俗不傳此東南赤縣之名教遺策而其民弗知有甲兵攻伐之亂而其世弗知有相暴殺逆之禍精保性常而大仙大賢慈淨之神出焉由兹言之何瑣瑣乎庸爾准令故事之有乎夫燼士之執政也勢傍典刑隆崇矜據明其權柄識其寒暑欲以擅秉而懲違忤富貴而制蒼生弗覺夫鄙哉流

末參差人情轉易已滑其在始立意之頑而成其固弊仇衆潰逆之敗也積代相習豈悟之哉是以爐士不可以任之者也為其將則禍大矣任之道學清淨之衆則道學喪矣任之王者朝廷之列則王者亡矣覩其血襆觀其舉俟豈離乎五變之氣乎聖人之麤教耳易可以審何亂之有哉惜乎而固奚其甚哉是以至人之所以潛棲山谷者豈好為遁世之名乎蓋不欲以五爐之俗滑其五清之氣也五爐之俗莫不以聲勢相傾而亂其

清氣者也觸其契色逆其聲音欲無忿憾潰中之氣者難矣事有蹇違以已求人欲無卑側媚悦之巧者希矣遇有勢居人求於已欲無驕凌豪御之張者鮮矣此三者皆五藏殃氣有生之常也與之糅俗望無亂清氣其可得乎是以道士不可得與其雜處而狎之者也

九靈上寶經云夫五情者陰陽五府之神氣形於人者也故學仙者必隱靖山林潔修五清欲清淨而精至以會真玄神應是以温恭慈悦之氣藏於肝木府之所賦

也司命所守也其治肝潔常以正月十日齋治少陽令人肝氣生至二月八日定少陽應春風至三月六日治陽明定春風至于四月四日於甘泉東流水之北岍東面向朝陽之地晨早沐浴蘭湯使身意清淨香火向日禮祈無上正真大道太真太寶內內及左太禁上師之神上宮左諸司頓首稽首三百數然後胡跪以手捧心至誠定息靜念木府之真靈閒無他思其禁不得有求於世利妄為不柔之溫妄為不誠之恭妄為不實之慈

妄為不衷之悦其修潔攝息有定則肝氣真而無虛春温不睉之眚不能得侵其實氣體節休和幹力强利首無㬥痛之疾司命之神奉之青龍護之青氣繞之青液調之東嶽之精隨之山谷之神衛之若獨處林嶺則百獸依仁有自馴之騐狼虎歸慈有息猛之徵其修潔有積則青帝之芝及黒玉之芝見於所行止之前得而服之昇仙三千歲而息羸其潔深大至著極於木府則神弟視崐崘之東少陽之域慈浄之仙其神變能為洪海

之滥涸能為天地之倒易能為瓊宫玉宇满乎天地之
見木府少陽之神性也哲明敏見之氣藏於心火府之
所賦也司慎之所守也其治心潔則常以四月四日齋
定陽明受夏氣至五月一日應陽調氣至于六月二十
七日常以日中沐浴蘭湯使身意清淨香火南面向日
禮祈無上正真大道太真太寳内内及太陽太覺之神
上宫都司頓首稽首三百數然後靖跪捧心至誠定息
静念火府之真靈閒無他思其禁不得有規于世利妄

為不道之哲妄為不順之明妄為不真之敏妄為不正之見其修潔攝息有定則心氣真而無煩夏暑不睦之眚不能得侵其實氣其意明澄朗慧用道微妙鑒徹真性目無昧曬之疾司慎之神奉之赤龍護之赤氣繞之赤液調之南嶽之精隨之山谷之神衛之則鴻鶴鸞鳳之鳥應而歸之其修潔有積則赤帝之芝及青玉之芝見於所行止之前得而服之昇仙九千歲而息羸其潔深大至著極於火府則神弟視崐崘之南太陽之域大

覺之仙其神變能為項佩日曜能為光照四海而震揺諸域能為飛騰所詣無礙之至火府太陽之神性也公正弘重之氣蔵於胛土府之所賦也尸蟲之所守也其治脾潔則常以六月二十七日齋定太陽受秋氣至于七月二十七日朕時沐浴蘭湯使身意清浄香火向日禮祈無上正真大道太真太寶内内及上宫太均之神宫内諸司頓首稽首三百數然後靖跪捧心至誠定息静念土府之真靈閑無他思其禁不得交擾於世事妄

為求名不體之公妄為矯圖不淳之正妄為縱慣昏忘之弘妄為專固不泰之重其修潔攝息有定則脾氣真而無怠柬豫安静而無憒蕩塞悶體沈不收腫疽之病季暑不睦之眚不能侵其實氣志意益沖而無厭免之痾舌味藥物而無不進之滋尸蟲之神奉之黄龍護之黄氣繞之黄液調之中嶽之精隨之四方羣臣衛之萬鬼歸之其修潔有積則黄帝之芝及赤玉之芝見於所行止之前得而服之昇仙二萬歲而息羸其潔深大至

著極於土府則神弟視崐崘之頂太和之仙其神貴常寂不貴變動之見土府太均之神性也尊嚴威儀之氣藏於肺金府之所賦也司契之所守也其治肺潔常以七月二十七日齋治人利氣至八月三日定少陰令人受生氣至九月二十七日治厥陰令人受剛氣常以日晡沐浴蘭湯使身意清淨香火向日禮祈無上正真大道太真太寶内内及右太禁攸土之神宫右諸司頓首稽首三百數然後踖跪捧心至誠定息靜念金府之真

靈闗無他思其禁不得有御於世趣妄為驕逸接戾之尊妄為懐害之嚴妄為侮忽之威妄為淫飾之儀其修潔攝息有定則肺氣真而無倦秋冷不睡之眚不能得侵其寳氣則喘引和亮胷中無竭寒斷氣之毒司契之神奉之白龍護之白氣繞之白液調之西嶽之精隨之山澤之神衞之津梁之精侍之虎狼依之為之驅用修潔有積則白帝之芝及黄玉之芝見所行止之前得而服之昇仙七千歲而息羸其潔深大至著極於金府則

神弟視崐崘之西少成之域成道之仙其神變能爲偃月之照能爲行水而足不濡行地若水而地不堅能爲身上身下漂出水火之變金府少陰成道之神性也城陽郗孟節疏注尊嚴威儀之義曰不狎褻黷爲尊色正儼然爲嚴神肅澄澈爲威舉動徐詳爲儀謙儉妙密之氣藏於腎水府之所賦也司録之所守也其治腎潔則常以十月十八日齋治厥陰受冬氣至十一月十五日治太陰定五藏氣至十二月十三日通太陽受腎氣至於正月十日皆以夜半沐浴蘭湯使身意清淨北

面向陰香火禮祇無上正真大道太真太賓内内及沆澄（當作瀣字）太陰之神宫後諸司頓首稽首三百數然後靖跪捧心至誠定息静念水府之真靈閧無他思其禁不得有馳於世務妄為傾邪之謙妄為失其常守及貪欲無厭之險妄為傾毒陰匿謂人不覺之妙妄為潛謀奸私之密其修潔攝息有定則腎氣真而無損冬寒不睦之眚不能得侵其實炁則行步勁速進退堅强腰竅玉房及膀胱股脛無疼滯之疾其修潔有積則司録之神

奉之黑龍護之黑氣繞之黑液調之北嶽之精隨之太
隂之神衛之靈葵歸之其居水濱則蛟龍魚鼈依之其
修潔有積則黑帝之芝及白玉之芝見所行止之前得
而服之昇仙一萬歲而息羸其潔深大至著極於水府
則神弟視崐崘之北玄都之域太豫玉膏之仙其神變
能為晦天之變能為他方遠膳之饋能以大為小以小
為大以有為無以無為有之變水府沆瀣之神性也凡
學道不能精立至潔於所行則五府之神未嘉祐之而

以服氣及進服藥物藥精餌朮丹石之小法多為所敗矣設小有效不踰五百年之力耳其術多退溺而無成也夫殖至潔之氣於五府其精不泯及蒸人道莫不於九元之清而生之者也莫不常為仙為神為聖矣其齋法沐浴清淨所以常於正月十日二月八日三月六日四月四日五月一日六月十七日七月二十七日八月三日九月二十日十月十八日十一月十五日十二月十三日者以道氣數之此日皆天帝遊東井之日也是

以行道輙當於此日更起新意為沐浴清淨之始倍加謹敬之篤也其服氣法攝五情之息漸能有定然後常以二月三日九日十八日二十七日若甲寅乙巳丁巳甲子丁夘王相成滿日於山林隱靖之處近東流水醴泉向陽之地地氣陽而調也沐浴蘭湯以丹書玉房為田字方一寸玉房在臍下三寸精念玉房令氣致於丹田去鼻中毛正偃卧兩足相去五寸兩臂去身各五寸合目握固如嬰兒之拳是用蒲蒻為枕高可三寸若胷

中有病可髙五寸若病在臍下可去枕既服氣不復得食生菜及生果硬物服氣時食日減一口十日後可不食二三日腹中或消消若飢選好肥乾棗上朮煎微得食之一日一夜不過此不念食者勿有進噉其飲水一日一夜可五升而已其太一醪醴亦可一日一夜五升勿絶口中常含棗核者令人受氣且生津液故也如此則腸胃中上下氣脹腸胃致令得空虗空虗則和氣通焉五神宗而助之則昇仙矣孔子家語云食氣者神明而

壽食穀者智慧而夭不食者不死而神襍食者百疾妖
邪之所鍾焉是以食愈少者心愈開而延年益壽食愈
多者心愈塞而年愈奪也翟煒釋周傳論云悠悠九天
茫茫萬寓氣之所蒸塵之所煩品物叢生迭相大小擾
擾營營為利害所纒有生之為乎其猶塵粉之一毫蹔
浮於洿池之内有國之所域其猶芥石之一片孤寓於
大衍之中是以莊周稱四海之於天下猶壘𡇼之在大
澤有國之於四海猶粺米之在太倉其中一世之是非

芥石之利害焉足以經於曠然之念哉是以至人之所以輕天下細萬物也豈措心於矯亢之觀乎直以世利無以干其胷懐榮華無以爇其顧盼將在子靖氣潔精其貴存真而已矣

雲笈七籤卷八十七

雲笈七籤卷八十八　　宋　張君房　撰

仙籍旨訣

道生旨　谷神子裴鉶述

鍾陵郡之西山有洪崖壇焉壇側有棲真子楊君知余有道請予請述道生之宗旨余曰子不聽西昇經云人徒知天地萬物而不知生之所由又曰吾與天地分一氣而治自守根本非效衆人是知修道之士若不知生

之所由道之根本則茫茫然罔測道之来矣欲求長生
先修所生之本子能曉耶楊生曰未悟予告曰欲曉則
速具誓戒楊君再拜具詞曰某才器瑣微行能幽晦將
掌血為滋味以艷容為歡娛罪根既深神彩益濁豈三
寃之寧謐被五賊之戰爭以恍惚而暢懐極其喜樂俄
悼亡而感物過甚悲傷振蕩命門壞墮元氣虚羸漸逼
豈異尸居枯槁欲來何難骨立鹽梅銷鑠寒暑煎熬既
非金石之身須示風霜之鬢大患擬作微軀豈安實為

聾瞽之徒豈覺幽玄之理步步就死兀兀不知人間或有道高河上術入壺中霓服羽衣一遊而縮其地脉珠幢玉節一舉而登其天門變瓦礫於金丹改容儀於玉液造化由已修行在心魚縱涸而重波骨雖枯而再肉伏以小子螻蟻之命纖芥之軀昏濁無知敗亡有日忽神鑿其竅天啓其心善達玄關志求道要慕真仙而汲汲如飢渴中腸陋浮世之悠悠若煙埃滿眼欲冀希夷之質長含橐籥之間擺去塵機冥搜真朴推無形於恍

惚見有物而萌芽至此時則萬象空揺寸誠不撓敢匐
匐懇請誓戒深詞存歸太上之清壇靖想虛皇之寶座
仙童握節侍女焚香既得事之證明豈將心而猶豫疑
誤氷泮端倪竇流荷重德而便頂丘山感深恩而已銘
肝膈若非人妄泄得士不傳則觸景罪殃動足受禍指
陳白日契約丹誠無任驚寃泣血之至予即告之曰子
既誠懇如是予當語子生生所由人之根本者男精女
血既凝有道自然而生為水一點今膀胱之水是其餘

也水中有氣鬱鬱然未有所著欻然感天地純陽真精
之華入於氣而相依憑氣遂養之是謂之神神之甚微
雖得水氣養之澆溉懼氣强而見迫若水之澆溉物之
甲拆又不可以浸之浸之則其甲即死矣仍於水中純
陽真精之華生為二腎也二者以應陰陽之數遂隔水
孳捧其神與氣乃得炁與腎神之靈是謂氣為母神為
子道幹既育萬物成體子母既長不可同處須放其子
之造化成其窟宅然母亦安矣神又須物引而離其母

乃借水之兩點氣如胥之數神以陽光守而凝之然又慮水之盛兼五行不足無以成物而假土来尅其水慮土尅其水盡又假木来尅其土慮木尅其土盡又假金来尅其木慮金尅其木盡又假火来尅其金火若尅其金盡即内以水救之是謂轉相生轉相制成物是謂人之眼眼者與天地合體五行足矣所以眼當中黒水也次黄土也次青木也次白金也次赤火也其事明也五色既成陽神乃寄光於其上是謂神光焉眼之位屬肝

者緣光明如日日出東方肝在東方而屬木故肝藏得而管之黃庭經云肝神龍煙字含明注云日出東方故曰含明神者純陽也勢長飛動如天之日月而轉動也其眼漸上昇須照燭其外為神之樞機而神則合居其內而主其中神專盼其眼漸漸不覺已離其母若眼者只要引神而離其母後居外與神相應不可附其眼則依前不成造化矣其氣母雖離其子終須養其子成長安穩若中途而廢則彼此不能安矣即須假木來生火

是為心焉使心而感其神心之内空方寸乃受神而居其神曰靈也故謂心為靈臺神是陽也心為火焉故神得而居其内盖水流濕火就燥之義道書曰心為神之都是也所以心靈於諸藏者縁神之故非心獨能靈焉若無神之在内則與諸藏何異但縁心屬陽之故勢多飛動因兹便乃不得停爾目但確然而定其神則心亦不動矣盖須修道習熟不然者大難不揺動其心耳其次肝肺脾六府五體九竅毛髪之類皆神得而造化焉

盖取服之規則耳即服為五蔵之苗也如此三九二百
七十日則應陽之數極人之體備具矣然神自離其母
後更不復到本來凝結之處盖人漸被五味沈之而不
清泠神雖同用炁雖同行終不解却相養却相成但相
反爾今以子母相離本者盖縁未有窟宅諸體尚闕所
以事須相離而各造化及其彼此安穩更不相存省豈
有子母得為順序哉今言心為氣馬但意到則氣到今
人或偶使氣到諸處則不解到根本從来相合處耳修

道之士不可不留意焉脾去腎近者若眼中黒與赤遠矣足可明之其神雖都於心亦寄位于精中養其體潤其性保其骨髓使其堅强人之壽考神亦得久安於人體中矣凡人臨危險而毛髪寒豎者是神恐傷其窟宅爾若人之暴横而死者元氣猶强而未弱還元返本不得或為邪鬼而憑陵於人蓋元神不病器用不銷耗使其然也則春秋云匹夫匹婦强死寃鬼憑依於人是焉於强死中其神或漸耗未盡却被烝慼將去為人則分

明記得前生事也則鮑靚記井羊祜識環之類大約記
得前生事者也童子暴横而死精氣未散使其然爾所
言精者積津氣而成若動揺而出則神不安為滑而决
泄滅耗神之用也精之既竭神亦耗盡微微然漸與初
来相類然心氣既壯水氣又盛人體堅强五味薄鑠則
氣與神不相當既而無戀求住不得欻然而去歸空却
成舊時真精之英華附之于天所言泄性不滅是也則
禮記云骨肉化為土䰟氣歸于天元神如主千神如臣

元神既去千神無主國之空耳所以謂心為帝王水氣既無陽氣管攝亦便散也二物既去則人體傾去謂死即無所知也舉世人皆為好道修道不知道是何物而修耶凡人好酒必知是麴米所作凡人好色必知是西施洛浦凡人好財必知是金玉寶貨耳且押韻從東字起首至于法字數萬皆著切脚人盡能辨認之惟至道一字則懵然不會或云虛無自然修心行善竟不能知其旨也既不知之則向何門而修哉殊不知道水也在

人身曰氣也所以云道生一盖水藏也一陰一陽謂之
道盖水火也一陽既去一陰亦散是不成道也人須死
矣夫天地生於道盖浮世界耳是謂道去則人死水乾
則魚終所以陰氣為母者是内陰之根本非外陰邪之
氣也所説陽神者是純陽之精英是元神也非五藏諸
體之神也元神能生其三魂七魄及諸體之神爾黃庭
經云腎神玄冥字育嬰注曰腎精為子故曰育嬰二腎
之中男為精門女為子宮精門既開腎氣亦泄不獨内

陽而散内隂亦竭所以腎為隂之都心為陽之都凡生化先從隂而入陽是萬物從濕而生也葢精亦從腎中而出其子亦從腎中而成是不離腎藏耳大約心之元神俱借其體而共治之三魂亦助成爾但專為害者乃七鬼三尸向外隂邪之氣而賊身往往神氣多不敵則人死矣人死則三尸七鬼暢焉夫元神君也尸鬼之類亦臣耳若狻𧕬之臣亂其國而迫其君也若修養其氣壯其神則七鬼三尸終不能勝壽自長生耳夫不疾暴

死者盖脉偶然蹶澁不到一藏其藏既弱遂爲五行遞相尅至于火盡陽脉絶則神去人自死矣盖脉蹶澁不行而阻之亦中有傷敗使其然也昔扁鵲治虢太子病云所謂尸蹶也以陽脉下墜陰脉上争會閉氣而不達上有絶陽之脉下有破陰之經絶陽之氣色氣管於脉故形濁如死狀夫陽入支蘭藏蹶者生陰入支蘭藏蹶者死此數事者皆五藏之中肘時暴作者也良工取之拙者疑殆信有之矣於戲目營萬象心虛異端神被牽

驅身無管攝則室家無主國邑傾頹固其宜矣主人不修舍宇而外經營則舍宇日有危壞矣夫人若知神之所主子母運行則修身了達之門可見矣若無所主但任呼吸喉中主通理藏腑消化穀氣而已終不能還陰返陽填補血腦又衆人之呼吸與真人之呼吸殊矣南華真經云衆人之息以喉真人之息以踵注云從根本中來又云其息深深此其義也豈容易哉若但信其自呼吸未有得道哉夫一呼一吸不得神守則不全其呼

吸耳真人曰若神能御氣則鼻不失息斯言至矣又能咽其津以意送之至氣海中則直灌其靈根矣吁今之人不會神與體彼此是非邪人能算盡萬物而不能算其神與體何感而相成但記三歲之後事而三歲已前昧無所知也若到算歸其盡處即自見神與體元氣配合之根由則了然無二物知神與真氣同體假名則一存一想歸其真矣此所謂深根固蔕夫復氣者復於本生之處如周易復卦䷗云一陽生五陰之下若還丹之

義非伏與服也其義明矣天為受氣之始氣是有形之根氣不得形無因而立形不得氣無因而成二物相資乃能混合聖人知外用之無益所以還元返本握固胎息洞明於内調理於中取合元和之大朴不死之福庭夫神和則可以照徹於五蔵氣和則可以使用於四肢道經云三月内視注一心守一神則神光化生纒綿五蔵凡人勞神役役無一息駐於形中而希長生不亦遠乎若能胎息道成精氣有主則使男子莖中無壅精婦

人臍下不結嬰萬化之用莫先乎氣至人之用莫妙乎神虛無之中有物謂之神窈冥之中有精謂之氣吁其神與氣來既恍惚去無眹兆其來也則難其去也甚易是以聖人悲痛而惜之於戲世人何容易而驅其氣也不知形者不可與言氣不知炁者不可與言神知神者則資道矣易曰精炁為物游鬼為變變易不節人不長生所以王母有金璫玉佩之道軒轅行內視返本之術不可不信之吁萬物有終而天地長久人民有死真人

長生乃俱陰陽交感之氣矣人能守其陰陽陰陽亦能守人矣天地不死而人自死化腐於其間哉夫崩墻毀堞土能填之老木衰果以枝接之破車漏船木能補之折鼎穿釜鐵能固之人遇衰老返神活之皆上仙成敗之言不可不知也夫陽丹可以上昇陰丹可以輕舉陽丹即大還之丹陰丹即是内修返本之理黄帝問道於廣成子廣成子曰無勞爾形無揺爾精少思寡欲可得長生夫道之最要以精為根以炁為蔕經云能養靈柯

不復枯夫含真之道禦養之術訣之在口不傳之於牋翰也但能寂然不動感而遂通泯滅萬慮久久習熟用晦而明必得道矣

## 養生辨疑訣

栖真子施肩吾述

一炁無方與時消息萬物生死共氣盛衰處自然之間而皆不知所以然而然其所禀習在覆載之下有形者先須知其本知其本則末無不通修道者先須正其源正其源則流無不應若棄其本而外求背其源以邪究

雖蹤盡百家學窮諸子徒廣虛論之功終無攝養之效得者觀之實為自悟耳今歷觀世間好道之流不可勝數雖知恬淡以自守全不知恬淡之中有妙用矣雖知虛無以為理全不知虛無之中而無不為矣若不知虛無恬淡妙用之理徒委志於寂默之間妄作於形神之外是謂無益之用非攝生之漸也且神由形住形以神留神苟外遷形亦難保抑又服餌草木金石以固其形而不知草木金石之性不究四時順逆之儀久而服

之反傷和氣遠不出中年之内疾害俱生使夫輕薄之流皆謂繫風捕影不可得也翻以學者為不肖以真隱為詭道不亦傷哉或人以此事而譏余曰吾聞學道可致長生吾自童年至于暮齒見學道之人已千數矣服氣絶粒者驅役考名者清凈無欲者修仙鍊行者如斯之流未有聞其不死者也身歿幽壤之下徒以尸解為名推此而論之蓋得者猶靈骨耳非可學而得之余聞斯論不覺心愍然于内神恍惚于外沉吟之間乃太息

而應之曰觀子向来所説實亦鄙之甚矣迷之尤矣今
世人學凡間之事猶有成與不成豈況妙本玄深昏昏
默默胡可造次而得之且大道無親感之即應茍云靈
骨無乃踈乎然夫服氣絶粒者道家之所尚人茍得之
皆有不食輕舉之效便自言腸胃無滓立致雲霓形體
獲輕坐希鸞鶴採餌者復以毛女為憑呼吸者又引靈
龜作證曽不知真炁暗減胎精内枯猶執滯理於松筠
守迷端於翰墨良可嗟矣寧不恠乎至於驅役考召之

流蓋是道中之法事研討至精窮其真誥誠為身外之虛名妄矣且元和之氣非時長而有之未有此形天地之間已有之矣經曰先天地而生即元氣矣此身有者父母交合施其元氣元氣者真精矣何以明之精留於身則身生精施於人則生人移此精氣結彼元氣彼既成於形此則受損耳內景經云長生至慎房中急此在乎妙用之道元氣結之為精矣身中之精元氣之本能使氣一泝精移之上元下元之中又採新氣旬日還為

精矣如彼釜熟其物則出之更添新者廻還無窮天地不足為久壽矣上元充満百節自實老者反丁丁者反嬰斯得上元下元我能經絡運度寛猛是則審修我宫神仙必得不修我宫死之必尅人在氣如魚在水沉浮東西莫不由已修鍊經時百節盡暢旲若陽春久乃自知若有不通及疾病之處注意中元發火以焚之乃自通通則愈矣心為絳宫絳宫者赤色猶火也存心炎火亘乎一身非特為氣道流通抑亦銷其邪也凡欲行氣

之前但焚之一度經曰廣成子積火焚五毒五毒五味
矣五穀五味不焚之必能壅遏氣道焚之或久令人煩
熱存之纔通即須行氣行氣之法但泯思慮任神廬微
微元氣自然遍體夫炁者百節毛孔皆自有之能以意
行之是賢臣化百姓矣何以明炁之在身但以一丈之
竹通其節以扃一頭口向中吹之氣忽然達於筒中自
有元氣相撑而出人身中亦猶此筒思慮既絶元氣遍
身遍身之後兀然而定其取定之術具載下元篇中審

而行之萬不失一矣

下元歌

契真之道飄飄易動不動中如有寄那知有無可超忽去住玄機此其義

此篇調下元之訣契真之要甚不難人自强難飄飄猶閒暇矣能閒暇其身澄心絶想三元俱通仙則近矣動不動者玄珠矣謂存下元之中作一珠可彈丸許大焰焰然如動又不動動中寄者注意於下丹田之中有炁

海使炁細細於海遶珠四合炁入足動中寄有其珍珠
矣中元注下元之珠元炁乃定定則外炁不入內氣不
出兀然與天地同和命無涯矣天地自傾我長自然矣
黄帝於赤水求玄珠赤水則赤血矣如玄珠在於氣中
求此珠珠得必生故使罔象則無思無慮冥然之後乃
自得此珠矣欲知超忽飛昇之道切在去機機去身存
機任身死無機胷中純白自處得失之要此其義矣

後序

冲和子云余少學道長乃尤益天下名山靡不尋覽躋危躡險敢憚乎勞意有殊觀不遠千里乙未歲步青城之燕谷幽邃百里松蘿上蔽于天偶逐樵人步入石窟窟内有真人云姓李氏不知何許人也垂髪過腰姿容氷雪余再拜之怡怡如矣良久問從何而來余因述誠素願處几履之傍天幸見録俄經四十三載忽授三元之術如訣修之俾晝作夜一紀之後往往自飛玄之又玄難於數載受之者可三十一年傳傳非其人災罰可

見行此道者五辛陳臭並宜損之損之在漸不宜頓矣一年之後氣道充實自不食矣其大要在乎泯機機絶則悉不名而至不謀而成躬自行之一一神效今為注解庶無後迷高尚之徒幸祕斯訣矣

雲笈七籤卷八十八

欽定四庫全書 子部

雲笈七籤卷八十九至九十四

詳校官監察御史臣邵庭澍

檢討臣何思鈞覆勘

總校官庶吉士臣倉聖脉

校對官中書臣金光悌

謄録監生臣龎兆樾

雲笈七籤卷八十九　　宋　張君房　撰

## 諸真語論

### 經告

安妃告曰衝風繁激將不能伐君之正性絶飈勃鬱焉能廻已之清淳爾乃空冲自吟虛心待神營攝百絶棲澄至真當使憂累靡干於玄宅哀念莫撓於絳津

太上曰髙木英秀惟酒是耽麴蘖薫心性情顛倒破壞

十善興隆十惡四達既荒六通亦塞

天尊曰一切衆生久習顛倒心想雜亂隨逐諸塵捨一取一無暫休止猶如猿猴遊於林澤跳擲奔趨不可禁止是諸凡夫心性亦爾遊五欲林在六根澤縱逸騰躍不可拘制

又曰人情難制猶如風中豎幡飄飄不止或思作偽以邀名譽定志經云人既受納有形形染六情六情一染動之弊穢惑於所有昧於所無世務因縁以此而發招

引罪垢歷世彌積輪廻於三界漂浪而忘返流轉於五道長淪而弗悟嬰痾抱痛不能自和馳神惶悸惟罪是履

太上曰天之道利而不害聖人之道為而不爭故與時爭之者昌與人爭之者亡是以有兵甲而無所陳之以其不爭夫不祥者人之所不爭垢辱者人之所不欲能受人所不欲則足矣得人所不爭則寧矣

妙真經曰視過其目明不居聽過其耳精泄漏愛過其

心神出去常於欲事汲汲懅為利動者惕惕懼結連黨友以自助者非真也

又曰罪莫大於淫禍莫大於貪咎莫大於僭此三者禍之車也小則亡身大則殘家

道言吉凶禍福窈冥中來其災禍也非富貴者請而可避其榮盛也非貧賤者欲而可得蓋修福則善應為惡則禍來

天尊曰氣不可極數難可窮死而復生幽而復明天地

運轉如車之輪人之不滅如影隨形故難終也

妙林經曰夫有為生死衆生漂浪如虚中雲如空中色如谷中響如水中月如鑑中象如熱中炎如電中火如聾中聽如盲中視如瘂中言如二頭鶴如三足雞如龜中毛如兎中角如是無明貪著愛見生死之本亦復如是必竟皆空不可論説譬如燈滅不可尋求生死本空亦復如是如大猛火如四毒虵不可親近生死之法亦復如是

天尊告聖行真士曰若復有人於諸法中生有見心捨於穢土求三清樂捨衆生身求真道相欲斷煩惱而入無為求離諸見乃得寂滅如是等相我說此人名大邪見譬愚人畏於大地而欲走避所至之處不離大地衆生亦爾畏生死身疾捨三界有心厭離所得之身不離生死如是衆生未能見法求真道相深實可哀真道相者名為不作無起無滅非有非無非常非斷非大非小非色非心體如此名為修習真道正行

又告聖行真士曰世間衆生無明重瞄真道在身莫能
覩見譬如愚人東西馳走求覔空色而不能知即色是
空一切世間亦復如是心性馳走欲求真道不知身心
即是真道又寶瑞降之有千善則後代神真有二千善
則為聖真仙將吏有三千善則為聖真仙曹掾有四千
善則為天下師聖真仙主統有五千善則為聖真仙魁
師有六千善則為聖真仙卿大夫有七千善則為聖真
仙公王有八千善則為聖真仙皇帝有九千善則為元

始五帝君有萬善則為太上玉皇帝元君曰萬善之基亦在三業十善相生至于萬善行善益算行惡奪算賞善罰惡各有職司報應之理毫分無失長生之本惟善為基也專精養神不為物雜謂之清反神服氣安而不動謂之靜忘念以定志修身以安神寶氣以存精思慮兼忘冥想内視則身神並一身神並一則近真矣

道曰凡人遇我以禍者我當以福往是故福氣常至此害之氣重從還在於彼此道者之行也徐來勒問曰何

謂兼忘高玄真人曰一切凡夫從烟熅之際起愚癡染著諸有雖積功勤不能無滯故使備定除其有滯有滯雖淨猶滯於空空有雙淨故曰兼忘是故名初入正觀之相

盟威經云道無不在在師為師在經為經不離中也實玄經云裁制偏邪同歸中正能返流末還至本源源即道也道無形狀假言象以為津既言冲用用實無物

三皇經曰天下無常豈有堅固者故急當厭遠之求索

自然以脫身耳又曰萬物無有常成者皆不久完三光
永明天地常胎然
黄老玄示經曰道者不可以言傳欲使學者述書以相
授然可得聞也夫善述事者必通其言善言詞者必通
其意其意若通道可得也夫天地之初知其無朕也入
於虛無者知其有實也故云其以成法其初始終也是
以聖人見有書即知其本無書也聞其言即知其出無
言也見書知言聞言知意知意即知道也知道即知其

可以書傳也故真人以神聽聽可尊也聖人以身教教可珍也

太上告王母曰夫人受天地之氣生氣之來也謂之精精之媾也謂之靈靈之變化之謂神神之化也之謂䰟隨䰟徃来之謂識隨䰟出入之謂鬼主管精鬼之謂心心有所從之謂情情有所屬之謂意意有所措之謂志志有所憶之謂思思而遠慕之謂慮慮而用事之謂智智者盡此諸見者也夫性者静也氣者動也動静如一

内外和順非至人安能措心於此哉術藏於内隨務應變法設於外適時御民民用其道而不知其數者術也懸教設令以示民者法也氣變萬物而不見其象術化萬民而不見其形故天以氣為靈王以術為神

四等智慧觀身經云夫道者要在行合冥科積善内足然後始涉大道之境界若自不能皆為徒勞於風塵耳無益生命之修短也道在我不由彼惟慈惟愛惟善惟忍能行此四等乃與道為鄰耳

老君戒經云惡人者胎於醨薄之精形於芻狗之類寃黴鬼盛尸毒滿腹人面蟲心體性狠敵嫉妬蛆蠣常懷陰賊壞成作敗言則嗷嗷自遇如玉遇人如土陽推鬼黠不計殃咎昔有一人不念居業專行偷盜入大臣家此人夜作狗形既到其家值其大建功德吾時見此偷徒作狗形吾即叱之令長作狗使常銜巨石還此大臣家積以為山盟威經云淫犯內外逼掠非偶翻覆陰陽公私戚屬烝通姦狡異類妖交本行經云昔有國王元

慶放心於愛欲之門值劫運終寄胎於洪氏之胞上天以其先身好色故轉為女子遂其先好也

太平經云何謂為多言然一言而致大凶是為上多言人也一言而致辱是為中多言人也一言而見窮是為下多言人也夫古之聖賢也出文辭滿天地之間尚苦其少有不及者故災害不絕後生賢聖復重言之天下以為法不敢厭其言也故言而除害者常苦其少是以善言無多惡言無少故古之聖人將言也皆思之聖心

出而成經置爲人法愚者出言爲身災害還以自傷

真誥曰夫百思纏胷寒熱破神營此官務當此風塵口

言吉凶之會身扉得失之門衆憂若是萬慮若此雖有

真心固不爲篤抱道不行握寶不用而自然望頭不白

者亦希聞也在官無事夷真内鍊紛錯不穢其聰明爭

競不交於心胷此道士之在官也

太清中經云慎無賣吾以求寶也慎無傳吾非其人也

慎無閉吾絶其學也傳吾學者昌閉塞吾學者雖獨行

之必過天殃傳吾道者當法則天地江河淮海法則天地者何等不生何等不成法則江河淮海者何水不流何川不行

西昇經云欲者凶害之根也氣者天地之元也莫知其根莫識其元是故聖人去欲入氣以輔其身

洞神誠身保命篇云黄帝曰聖人保命之最莫上於身心利害身心豈過於善惡善惡所起本於心心法不住攀緣是用所緣者名曰境界能緣者名之曰心故萬品

所起莫過於心萌於心者名曰行業行業所操名曰善惡故縱欲為惡息貪為善善者能為濟俗出塵之益惡者必作敗德染穢之資故聖人知無形而用者心也形不自運者身也然心不託於身則不能顯班借用身不藉于民則亡滅不起故身心體異而理符致用萬善而趣一故能表裏為用動靜相持身無獨往為心所使心法不淨惟欲攀緣身量無涯納行不息故心為凡聖之根身為苦樂之聚聖人知患生于心愆必由已是以清

心除患潔志消慾凡俗之流其即不然肆情縱欲不知欲出於心侮慢矜奢不知慢生於已情騁愚暴不顧其身故以禍難所階由之不識危亡自此日用不知故聖達愍愚而垂教也

雲笈七籤卷八十九

雲笈七籤卷九十

宋 張君房 撰

七部語要

連珠 凡六十五首

神静而心和心和而形全神躁則心蕩心蕩則形傷將全其形先在理神故恬和養神則自安於内清虚棲心則不誘於外也

七竅者精神之户牖也志氣者五藏之使候也耳目誘

于聲色鼻口悅于芳味肌體之於安適其情一也則精神馳騖而不守志氣縻於趣捨則五蔵滔蕩而不安嗜慾連綿於外心腑壅塞於内曼衍於荒滛之波留連於是非之境而不敗德傷生者盖亦寡矣

人之禀氣必有情性性之所感者情也情之所安者慾也情出于性而情違性慾由於情而慾害情情之傷性性之妨情猶煙氷之與水火也煙生於火而煙鬱火氷生於水而氷遏水故煙微而火盛氷泮而水通性貞則

情銷情熾則性滅夫明者剗情以遣累約慾以守貞食足以充虛接氣衣足以盖形禦寒美麗之華不以滑性哀樂之感不以亂神處於止足之泉立於無害之岸此全性之道也

海蚌未剖則明珠不顯崑竹未斷則鳳音不彰情性未鍊則神明不發譬諸金木金性包水木性藏火故鍊金則水出鑽木而火生人能務學鑽鍊其性則才慧發矣

美竿質勁非筈羽而不美越劍性利非淬礪而不銛人

性慷慧非積學而不成人不涉學猶心之聾盲不知遠近祈明師以放心術性之蔽也

奕秋通國之善奕也當弈之思有吹笙過者乍而聽之則弈敗矣非弈道暴敗情有暫闇笙滑之也隷首天下之善算也有鳴鴻過者彎弧擬之將發未發之間問以三五則不知也非三五難算意有暴昧鴻亂之也弈秋之弈隷首之算窮微盡數非有差也然而心在笙鴻而弈敗算撓者是心不專一遊情外務也瞽無目而耳不

可以察專於聽也聾無耳而目不可以聞專於視也瞽

聵之微而聽察聰明審者用心一也

善者行之不可斯須離可離非善也人之須善猶首之

須冠足之待履首不加冠是越類也行不躡履是夷民

也今處顯而修善在隱而為非是清旦冠履而昏夜倮

跣也

遽瑗不以昏行變節顏回不以夜浴改容句踐拘于石

室君臣之禮不替冀缺耕于坰野夫婦之敬不虧斯皆

慎乎隱微枕善而居不以視之不見而移其心聽之不聞而變其情故居室如見賓入虛如有人
眜暗之事未有幽而不顯昏惑而行未有隱而不彰修操於明行勃於幽以為人不知也若人不知則鬼神知之鬼神已知之而云不知是盜鐘掩耳之智也若身常居善則內無憂慮外無畏懼獨立不慙影獨寢不媿衾上可以接神明下可以固人倫德被幽明慶祥臻集
仁愛附人堅於金石金石可銷而仁愛不離則太王居

邪而人隨之也

水性宜冷而有華陽溫泉猶曰水冷冷者多也火性宜熱而有蕭丘寒燄猶曰火熱熱者多也迅風揚波高下相臨山隆谷窪差以尋常較而望之猶曰水平舉大體也

智者作法愚者制焉賢者更禮不肖者拘焉拘禮之人不足以言事制法之士不足以論理若握一世之法以傳百世之人猶以一衣擬寒暑一藥治瘵瘕也若載一

時之禮以詐無窮之俗是刻舟而求劒守株而待兎故制法者為理之所由而非所以為治也拘禮者成化之所宗而非所以成化也成化之宗在於隨時為治之本在於因世未有不因世而欲治不隨時而成化也

言以譯理理為言本名以訂實實為名源有理無言則理不可明有實無名則實不可辨理由言明而言非理也實由名辨而名非實也故明者論言以尋理不遺理而著言執名以責實不棄實而存名是乃言理兼通名

實俱正

靈氣謂之神休氣謂之鬼煩氣謂之蟲豸雜氣謂之禽獸姦氣謂之精邪氣之濁者愚癡凶虐氣之剛者高嚴壯律氣之柔者仁慈敦篤所以君子行正氣小人行邪氣

萬善之要者道德孝慈功能也萬惡之要者反道背德凶逆賊殺也若乃强然之善者天亦福之自然之善者即可知也若乃强然之惡者天亦禍之自然之惡者即

可知也但有為小善者勿為無福為小惡者勿為無禍小善者如九層之臺起於累土千里之行起於足下為一善以至於萬善一一而皆有福應既萬善功滿乃為九天大帝為小惡者如積小以成大從微至著為一惡以至於萬惡一一而皆有禍應既萬惡業滿乃為薜荔獄囚衆永無原放之期也

形者氣之聚也氣虛則形羸神者精之成也精虛則神悴形者人也為萬物之最靈神者生也是天地之大德

最靈者是萬物之首大德者爲天地之宗萬物以停育爲先天地以清淨是務故君子養其形而愛其神敬其身而重其生莫不禀於自然從於自在不過勞其形不安役其神

形者生之具神者生之本形不得神不能自生神不得形不能自成形神更相生更相成形神合同可以長久形者神之舍也神之主也主人安靜神即居之主人躁動神即去之神之無形難以自固形之無神難以自駐

若是形神相親則表裏俱濟

夫人只知養形不知養神不知愛神只知愛身殊不知形者載神之車也神去即人死車敗則馬奔自然之至理也

若乃養其身愛其神自合於至真除其好去其躁自合於大道則有神有餘而形不足者亦有形有餘而神不足者神有餘者貴也形有餘者賤也假如石韞玉而山輝水含珠而川媚乃知形有神而遂靈神有靈而乃聖

是以庖犧女媧神農夏后虵身人面牛頭虎足雖非有人之狀而有大聖之德也

陰陽粹靈胎化而成乃成乃生乃性乃情所以性者陽也情者陰也性者靜也情者動也性有愚智情有利欲性者仁義禮智信也情者喜怒哀懼好惡慾也夫清淨恬和人之性也恩寵愛惡人之情也凡人不能愛其性不能惡其情不知濁亂躁競多傷其性悲哀離別多傷其情故聖人云順物者物亦順之逆物者物亦逆之不

失物之性情乃自然性情之道者也理好憎之情則愛弗近也和喜怒之性則怨弗犯也故喜怒亂氣嗜欲傷性性之相近習以之遠如水性欲清泥沙汚之人性欲平嗜慾害之與性相害不可兩立一起一廢不可俱興故聖人損慾而從其性也性同者相善情同者相成扶其情者害其神為其賢者困其性若是無其能者無所求也無其能者唯聖人耳

夫生死之道弘之在人生死常也確乎在天但稟以自

然則生死之道無可而無不可也或未生而已死或已死而重生或不可以生而生或不可以死而死或可以死而不死或可以生而不生或有生而不如無生或惜死而所以致死是以致死之地則生致生之地則死或為知而不可以死或為時而不可以生或云勞我以生生者好物也不可惡其生或云休我以死死者惡物也不可好其死凡人心非不好其生不能全其生非不惡其死不能遠其死

草木反者帶甲而生鳥獸駠者守節而死經冬之草覆而不死在廪之粟積而不生一溉之苗死必在後有蠹之木死必在前卵生者輕清生必在前胎生者重濁生必在後草生在英木生在心及草木之死也乃英心而無異鳥生乃在天獸生乃在地及鳥獸之死也乃天地以同歸

晴空之中有蠓蚋者因雨而生見陽而死朽壤之上有菌芝者生於朝死於夜則知生者死之根死者生之根

天之道利而不害聖人之道為而不爭故與時爭者昌與人爭者亡是以雖有甲兵無所陳之者以其不爭也夫不祥者人所不爭垢辱者人所不欲能受人所不欲者則足矣得人之所不爭者則寧矣制生殺者天也順性命者人也非逆天者勿殺也非逆人者勿伐也故王法當殺而不殺縱天賊當活而不活殺天德為政如是使後世攸長

君子之立身以玄德為父以神明為母清淨為師太和

為友為虎為龍與天地同終為玄為默與道窮極非時不動非和不言圖難為易治之於根本絕之於末也

為善者自賞造惡者自刑故不争無不勝不言無不應者也

尚爭貴武威勢流行名蓋天下殘委忠信伐紀滅理與善為怨與鬼為仇與惡為友飲食重味多積珍寶此為揚禍之人危亡之大數故名在青雲之上身居黄泉之下矣

執道德之要固存亡之機無為事主無為事師寂若無人至於無為定安危之始明去就之理是可全身去危離咎終不危殆也

口舌者禍患之宮危亡之府語言者大命之所屬刑禍之所部也言出患入言失身亡故聖人當言而懼發言而憂常如臨危履氷以大居小以富居貧處盛甲之谷遊大賤之淵微為之本寡為之根恐懼為之宅憂畏為之門

福者禍之先利者害之源治者亂之本存者亡之根上德之君質而不文不視不聽而抱其玄無心無意若未生馬執守虛無而因自然原道德之意揆天地之情禍莫大於死福莫大於生是以有名之名喪我之槖無名之名養我之宅有貨之貨喪我之賊無貨之貨養我之福

罪莫大於淫禍莫大於貪咎莫大於僭此三者禍之車小則危身大則殘家

天下有富貴者三貴莫大於無罪樂莫大於無憂富莫大於知足知足知足之為足天遺之禄不知足之為止害乃及已

五色重而天下爽珠玉貴而天下勞幣帛通而天下傾是故五色者陷目之錐五音者塞耳之錐五味者截舌之斧

言者萬神之機關非言無以序形非言無以暢聲非言無以序真非言無以化人言者矚玄覩之像非言何以

序人言聲而相須形響而共俱

大德者受天下之大惡大仁者受天下之大辱能受天下之大惡故能食天下之尊禄能受天下之大辱故能為天下之獨貴奔想飛馳迅於遊鳥荒動滯固給（疑作急）若兩絞膠附素疎壞之若流慾風速發色火亦然嬰發猛虎惡光莫當慾之氣移不滑其族放散無常鼻目染著累色至玄亦不有足釣魚不餌網而不繒弋而不繳鉞而不煞雖為柯鋒而心不施有道者處之有德者居之

虎兕措爪而無所慮鬼神同羣而無所懼玃鳥鷙鴿不相畏恐狸犬兎鼠不相避忤故君子自處不羣不黨不矐不動不利不害常守静不移故成君子也

任重唯重其重必累居藏不藏其藏必涌好淫與淫其淫唯昏好帛與帛終亡乃止凌謀不生攝亦俱然故攝心者若仰中著止意者若以盗凌晝夜怵怵憂道不行是以道人憂道不憂貧憂行不憂身

處惡不壊居穢不塵在弱不諍臨亭不望期謂志業之

行可獨修之道者是故不行而知不取而取故曰取

其味甘焉和而謂養其藥善焉衆和乃醫其疾徙焉先後乃所其佃作焉日足獲矣故累足成少著備成德接下舉髙敷德以正截他不修勤於三道三道訖備通天達道是故太初降於太始太始降於太素崇正匠者其萬備也鐘鼓鳴乎非手不聲水中有像非質不映川谷有神非呼不返朴中有器非匠不崇子有長質非功不苗故道加一切從氣滿太虛隨前降對有之以有無之

以無道德圓入不拘一切衆生假明而見其物假聲以聽其音非謂聽見之所能因前而有之故道人修於假明之明習於假聲之聲故能聽見而不可彰體於未言之言知於未聲之聲故辨言而可極是故真人所為處異所造者返何以故蓋知天道無親惟與善人

養鬣蠱貴葉功乃就之養神貴道真乃可登貴本尚末上下通達敬根重枝天道可為存母得子可保終始珍道保身大道可因守默不移故能廣載執直不曲故能道

長本法無也質真若渝抱一化元存元以通其道守本以致其子故善道者吉審已者達察過者泰忖短者思齊賢哲貪高進務先活是以真人常以守一遜過攘而無臂動而不揺高而不貴故能常貴飾兵者不祥之器嚴觀者無猒之至假使戰勝何益乎命是以有道者貴於㢘無道者貴於貪國貪則民病好兵則民殘民殘者無道之極也

去不修之道故能長生絶自聖之力故能無極祛外來

之知故能發大慧之慧任自然之德故能合大德之德是以進可進之進去可發之發以斯之業故能果耳質真者德著德者真積行者達和氣者聖不行而知不見而明故曰他心力也是以道人行於不足故能有足處下不讓故能成高夫欲興太山之功要須寛居乃得成高為太極之道要須廣德乃能達道故真人自卑下細以致標遠

金處鑛礫性同内殊兩人同名形性必别狼㲯貪佀所

求趣異故安危心殊所類各別

水之無味萬用崇之土之無氣廣載生物故無味為味無氣為氣故成氣味處下居德能為不失

累絲至匹累土至山累業至聖累靈至真故萬里之涉累足乃達雲海中漂明行自悅敦朴易匠是盈是顯沖而不厭和而不嗄正道易興而人反是

氣盈於内彌耀於外周流表裏津及百節六甲錯形流灌丹元敷道廣成無極太康少而不老昏而不耄或先

於人或遊太極無形無色非品而利成之不居故能大成

伴豕而為羣徒遊天下伴羔而為黨交行野路去留無趣生死無在愚惡侶行通於天聖無隱無伏皆至神明故真人治身不滛不弊絕荒閉原錬神守一赤子安寧保國常道也

禾穡邪外非種同茂青苗共逸無可分別銀鍮鑞錫同室而藏遺不識任意之流無可分別唯有審顧之士乃

可了耳是以真人審匠投身而無有悮顧比學士而師事之何以故非其審者氷湯同爨莫有全之審已擇交而無漏敗

其日莫宵長明不殆其月莫虧長登景曜劫運到滅墮會而沒是以道人託而不久功而不處自容自受正氣不離

道成四生廣育萬物性入萬類因人成器明行者器貪餌者絶是以道生一德生二人生三故天生萬物以人

為貴人能知貴可以成器若不知貴雜生其精識斯理者大通無極

夫真人者不為而功高不拔而德集聲而不答動而不搖五彩加形不以矐其目五甘入口不以爽其味故心流速於飛電馳想急於風雲是故折心不在嚴刑絕味不在五甘故去而不為天道階津矣

萬嶮之途因路而達珠羅之服因針而成故學道君子非路而同趣異居而同心是以道不同不相為謀非其

同行之路殊而心見異故以非同之同也

石利傷腰鐵利傷身寶利傷命心利傷性夫惟傷者善或競玆異厲必申故割利去傷道必附將舉下取中氣必充養無階之期大願果常積在元氣而布和太康無英公子善舉朱埸由除煩結累心道渠會我無邉是乃無傷

真人散玉華以却穢金仙散日精以拂塵八素虛映以讚靈三元命仙以運冥明氣九廻神精八纏若能夷遐

心於林室思神顔於自然招靈景之幽華榮朽老以長存

雲笈七籤卷九十

雲笈七籤卷九十一　　宋　張君房　撰

七部名數要記

九守凡九篇

守和第一

老君曰天地未形窅窅㝠㝠渾而為一自然清澄凝濁為地清微為天離為四時分為隂陽精氣為人煩氣為蟲剛柔相成萬物乃生精神本乎天骨骼根乎地精神

入其門骨骸及其根我尚何存故聖人法天順地不拘於俗不誘於人以天為父以地為母陰陽為綱四時為紀天靜以清地定以寧萬物失者死順者生故靜寞者神明之宅也虛無者道之所居也夫精神所受於天也而骨骸所禀於地也故曰一生二二生三三生萬物萬物負陰而抱陽沖氣以為和故貴在守和

守神第二

老君曰人之受天地變化而生也一月而膏二月而胞

三月而胚四月而胎五月而筋六月而骨七月而成八月而動九月而躁十月而生形骸以成五藏乃形肺主鼻腎主耳心主舌肝主眼外為表中為裏頭之圓以法天足之方以象地天有四時五行九星三百六十日人有四支五藏九竅三百六十節天有風雨寒暑而人有興居喜怒膽為雲肺為氣脾為風腎為雷肝為雷以與天地相比類而人之心為主耳目者日月也血氣者風雨也日月失其行薄蝕無光風雨非其時毀折生災五

星失其度羣受其殃天地之道至閎且大尚猶節其章光愛其神明人之耳目何能久勞而不息人之精神何能馳騁而不乏是故聖人內守而不失

守氣第三

夫血氣者人之華也五藏者人之精也血氣專乎內而不越外則胷腹充而嗜欲寡嗜欲寡即耳目精而視聽明五藏能屬於心而無離即意氣勝而行不僻精神盛而氣不散以聽無不聞以視無不見以為無不成患禍

無由入邪氣不能襲故所求多者所得少所見大者所知小夫孔竅者精神之户牖也氣意者五藏之使候也故耳目淫於聲色則五藏揺動而不定血氣滔蕩而不休精神馳騁而不守禍福之至雖如丘山無由識之矣故聖人愛而弗越誠使其耳目清明玄達無使誘慕氣意虚無和静而少嗜慾五藏便利精神内守形骸不越即觀乎往世之外来事之内禍福之間何足見也故其出彌遠者其知彌少以言精神之不可使外淫也故五

色亂目使目不明五音入耳使耳不聰五味亂口使口厲爽趣舍滑心使性飛颺故嗜欲使人之氣衰殺好憎使人之心勞倦疾至即志氣日耗也夫人所以不能終其天年者以其生生之謂也夫惟無以生為者即所以長得生也天地運而相通萬物總而為一能知一即無一之不知也不能知一即無一之能知也吾處天下亦為一物而物二物也物之與物何以相物故生之不可恃也死之不可辭也賤之不可憎也貴之不可喜也自其

資而寧之弗敢極也敢極即失至樂矣

老君曰所謂聖人者因時而安其位當世而樂其業夫哀樂者德之邪也好憎者心之累也喜怒者道之過也故其生也天行其死也物化靜即與陰合德動即與陽同波故心者形之主也神者心之寶也形勞而不休即蹷精用而不已即竭是故聖人尊之弗敢越以無應有必究其理以虛受實必窮其節恬愉虛靜以終其命無所疎無所親抱德養和以順於天與道為際與德為鄰

不為福始不為禍先生死無變於已故曰至人即神以求無不得也即神以為無不成也

守仁第四

老君曰輕天下即神無累細萬物即心不惑齊死生即意不慑同變化即明不眩夫至人倚不立之柱行無關之塗稟不竭之府學不死之師無往而不遂無至而不通屈伸俯仰抱命而行宛轉禍福利害不足以患心夫為義者可迫以仁而不可劫以兵可止以義而不可懸

以利君子義死不可以富貴留故為仁義者不可以死亡恐也況於無為者乎無為即無累無累之人以天下為量夫上觀至人之論源道德之意以考世俗之行乃足薄也

## 守節第五

老君曰尊勢厚利人之所貪也比之身即賤故聖人食足以充虚接氣衣足以盖形蔽寒適情辭餘不貪多積清目不視静耳不聽閉口不言委心不慮棄聰明反泰

一休精神去知故無好無憎是為大通除穢去累莫若未始出其宗何為而不成故知養生之和者即不可懸以利通乎外内之府者不可誘以勢無外之外至大無内之内至貴能知大貴何往而不遂也

守易第六

老君曰古之道者理情性治心術養以和持以適樂道而忘賤安德而忘貧性有弗欲而不拘心有弗樂而不有無益於情者不以累德不便於性者不以滑和縱身

肆意度制可以為天下儀量腹而食度形而衣容身而游適情而行餘天下而弗有委萬物而弗利豈為貴賤貧富失其性命哉若然可謂能體道矣

## 守清第七

老君曰人所受形於天者耳目之於聲色也口鼻之於芳臭也肌膚之於寒溫也其情一也或以死或以生或為君子或為小人其所以為制者異也神者知之源也神清即知明知者心之府也知公即心平人莫鑒於流

水而鑒於澄水者以其清且淨也故神清意平乃能制物之情故用者必假之於弗用也夫鑒明者塵垢弗汙淥也神清者嗜欲弗躭著也故心有所至神既然之反之於虛即消爍滅息矣此聖人之游也故治天下者必達性命之情而後可已

老君曰夫所謂聖人者適情而已量腹而食度形而衣節乎已而貪汙之心無由生故能有天下者必無以天下為者也能有名譽者必不以趨行求者也誠達乎性

命之情仁義自付若夫神無所奄心無所載通同修達

澹然無事勢利不能誘也聲色不能淫也辯者不能說

也知者不能動也勇者不能恐也此乃真人之道也夫

生生者不死化物者不化不達乎此雖知統天地明照

日月辯解連環澤潤金石猶無益於天下故聖人不失

所守

老君曰靜漠恬淡所以養生也和愉虛無所以處德也

外不亂内即性得其宜靜不動和即得安其位養生以

安世抱德以終年可謂能體道矣若然者血脈無鬱堙五藏無積氣禍福弗能撓滑毁譽弗能塵累非有其世孰能濟焉有其人不待時身猶不能脫又況無道乎夫目察秋毫之末者耳不聞雷霆之聲耳調玉石之音者目不見太山之峻故小有所志者必大有所忘今萬物之來擢拔吾性攓苦吾情精若泉源雖欲勿衰其可得耶今盆水清之終日不能見塵曖濁之不過一撓即不能見方圓之象精神難清而易濁猶盆水也

老君曰上聖法天其次尚賢其下任臣任臣者危亡之道也尚賢者疑惑之源也法天者治天地之道虛靜為主虛無不受靜無不待知虛靜之道乃能終始故聖人以靜為治以動為亂故曰勿惑勿攖萬物將自清勿驚勿駭萬物將自理謂之天道

守盈第八

老君曰天子公侯以天下一國為家以萬物為稸懷天下之有萬物之多即氣實而志驕大者用兵侵伐小者

居傲陵下用心奢廣譬猶飄風暴雨不可長久是以聖人以道損之執一無為以損沖氣見小守柔退而無為法於江海江海弗為百川自歸故能成其大聖人弗强萬兆自歸故能成其王為天下北故能不死人自愛故能成其貴萬乘之勢以萬物為功名權任至重不可以自輕自輕則功名不成天之道大以小成多以少生故聖人以道涖天下柔弱微妙者見小也儉嗇損缺者見少也見小故能成其大見少故能成其美也天之道抑

高舉下損有餘奉不足江海處地之不足故天下歸之奉之聖人卑謙清淨辭讓者見下也虛心無為者見不足也見下者故能致其高見不足者故能成其賢跂者不立矜者不長强梁者死滿溢者亡飄風驟雨不終日小谷不能須臾盈飄風驟雨行强梁之氣故不能久而滅小谷處强梁之地故不得而奪是以聖人執雌牝去此奢泰不敢行强梁之氣執雌牝故能立其雄不敢奢泰故能長久也

老君曰天道極即盈盈即損日月是也故聖人保沖氣不敢自滿日進以牝功德不衰天道自然也人之情性皆好高而惡下好得而惡亡好利而惡病好尊而惡卑賤衆人為之故弗能成執之故弗能得是以聖人法天弗為而成不執即得與人同情而異道故能長久故三皇五帝有戒之器命曰侑卮其沖即正其盈即覆夫物盛即衰日中則移月滿則虧樂終則悲是故聰明俊智守以愚多聞博辯守以儉武勇驍力守以畏貴富廣大

守以狹德施天下守以讓此五者先王之所以守天下
也服此道者不欲盈夫惟不盈是以能弊不新成

守弱第九

老君曰聖人與陰俱閉與陽俱開能至於無樂也即無
不樂也即至樂極矣是以內樂外不樂以樂內者也故
有以自樂也即至貴乎天下所以然者因天下而為天
下也天下之要不在於彼而在於我不在於人而在於
身身得即萬物備矣故達於心術之論者即嗜欲好憎

外矣是故無所喜無所怒無所樂無所苦萬物玄同無非無是故士有一定之論女有不易之行不恃勢而尊不須財而富不須力而强不利財貨不貪勢名不以貴為安不以賤為危形神氣志各居其宜夫形者生之舍也氣者生之元也神者生之制也一失其位即二者傷矣故以神為主者形從而利以形為制者神從而害貪驕多欲之人冥乎勢利誘慕乎名位幾以過人之智立高於世即精神日耗以遠久淫而不還形閉口距即無

由入矣是以時有盲妄之患夫精神氣志者靜而日充以壯躁而日耗以老是故聖人持養其神和弱其氣平夷其形而與道沉浮如此則萬物之化無不偶也百事之變無不應也

老君曰所謂真人者性合乎道者也故有若無實若虛治其內不知其外明白入素無為而復樸體此精神以遊天地之間芒然彷徉塵埃之外逍遥無事之業機械知巧弗載於心審於無假不與物遷見事之化而守其

宗心意專於內通遠歸於一居不知所為行不知所之
弗學而知弗視而見弗為而成弗治而辨感而應迫而
動不得已而用如光之不耀如景之不炎以道為循有
待而然廓然而虛清淨而無為以死生為一化以萬異
為一方有精而弗使有神而弗行守大渾之樸立至精
之中其寢不夢其知不萌其動無形其靜無體存而若
亡生而若死出入無間役使鬼神所以能假乎道者也
使神陽達而不失於充日夜無隂而與物為春即是合

而生時於心者也故形有靡而神未甞化以不化應化千變萬化千變萬轉而未始有極化者復歸於無形者也不化者與天地俱生者也故生者未甞其生化者未甞其化此真人之游也純粹素樸之道矣

十三虛無

老君曰生從十三虛無清靜微寡柔弱卑損時和嗇

一曰遺形忘體恬然若無謂之虛

二曰損心棄意廢偽去欲謂之無

三曰專精積神不與物雜謂之清
四曰反神服氣安而不動謂之静
五曰深居閒處功名不顯謂之微
六曰去妻離子獨與道遊謂之寡
七曰呼吸中和滑澤細微謂之柔
八曰緩形從體以奉百事謂之弱
九曰憎惡尊榮安貧樂辱謂之卑
十曰遁盈逃滿衣食麤䟽謂之損

十一曰靜作隨陽應變却邪謂之時

十二曰不飢不渴不寒不暑不喜不怒不哀不樂不疾不遲謂之和

十三曰愛視愛聽愛言愛慮堅固不費精神內守謂之壽

七報

真人曰負陰抱陽因緣各異捨死得生果報不同為善善至為惡惡來如影隨形毫分無謬善惡多端福報難

數大而言之其標有七一者先身施功布德救度一切今身所行與先不異必得化生福堂超過八難受人之慶天報自然

二者先身好學志合神仙崇奉玄科敬信靈文念善改惡立行入真今身所行與先不異得接帝皇名書紫簡上昇玉晨

三者先身樂道不憚苦寒隨師執役惟勞為先飢渴務要不生怨言今身所行與先不異得策飛軿遊宴五嶽

乘虛落煙

四者先身貞潔不淫不奸不貪不欲見色無歡心如死灰執固道源今身所行與先不異得報靈人超度三塗

五苦不經

五者先身施善願天普隆同得昇度去離八難衆身不過已身不安割已之服以拯窮寒捐糧餇鳥遺物空山今身所行與先不異四司稱善感徹玉皇書名紫簡禮補上仙

六者先身忠孝恭奉尊親崇敬勝已宗禮師君腹目相和如同一身心無嫉妒口無輕言内外齊并動止合真今身所行與先不異得受靈人不經三塗超過八難善善相注福福相資

七者生世不良懐惡抱奸攻伐師尊呰毁聖文不崇靈章疑二天真外形浮好假求華榮口是心非行負道源竊盜經書不盟而宣泄露祕訣流放非真今身所行與先不異違科犯忌身入罪源七祖横罹責及窮魂身死

負掠食火踐山三塗五苦萬劫不原楚撻幽夜痛切其身失欲修學熟尋此文改惡行善速登神仙

七傷

真人曰學貴六合宜慎七傷

第一之傷帶真行偽淫色喪神䰟液泄漏精光枯乾氣散梟零骨空形振神泣窮府上聞天闕真仙遠逝則與凡塵結因土府同符豈復得仙

第二之傷外形在道皮好念真而心抱陰賊凶惡內臻

願人破敗嫉賢妒能口美心逆面歡內嗔形論得失妄
造罪原毀慢同學攻伐師友三官所記標爲惡鬥仙真
高逝邪魔攻身悉作形景飛散體神故令枉橫極其惡
源考滿形灰滅已九泉圖有玄名豈保自然
第三之傷飲酒洞醉損氣喪靈五府攻潰萬神振驚寃
鬼飛散內外朽零本室空索赤子悲鳴真仙高逝邪魔
入形如此之學徒損精誠雖有玄記空失玉名神昇上
宮身灰幽冥恍惚求延年焉久停

第四之傷行不引物責人宗匠心忽口形罵詈無常嗔喜失節性乖不恒氣激神散内真飛揚魄離魂游九孔塵埃五府奔喪皆由性之不純行之不祥真仙高逝外痾入形如此之學將欲何𡙇雖有玄圖不免斯殃望仙日悠地里日長

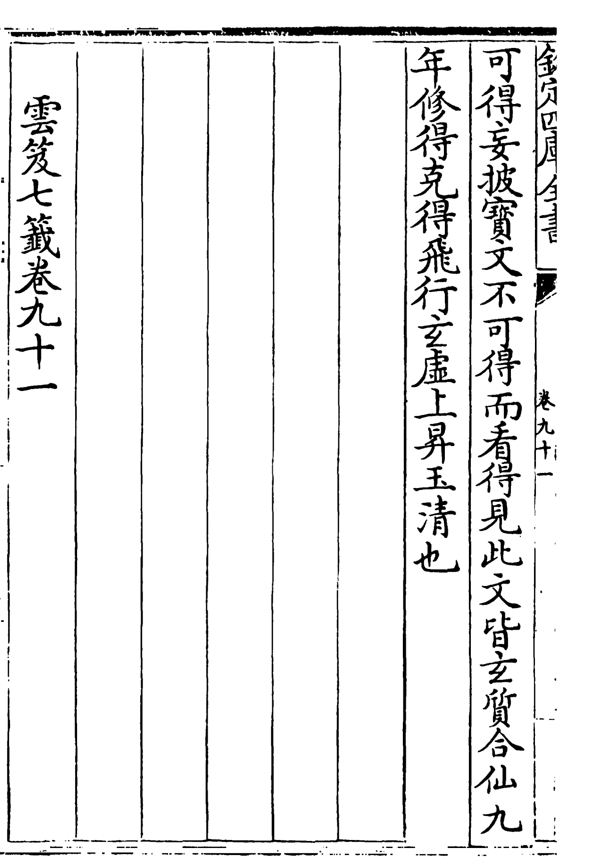
第五之傷或玄圖表見得受寶經或運遇靈師啓授神文而不依科盟形泄天真未經九年投刺名山使青宫有録金闕結篇便傳於人流散世間輕真泄寶考結已

身圖有玄名反累七玄仙道高逝身死幽泉長充鬼責萬劫不原

第六之傷身履殗穢靈關失光五神飛散赤子騫楊邪魔来攻内外交喪如此之學望成反傷真仙高逝空景獨淪於溷濁仙胡可冀

第七之傷啖食六畜之肉殺害足口之美臭氣充於藏府伐生形於非已真氣擾於靈門遊神駭於赤子嵬嵬游於宫宅濁滯纏於口齒仙真高登於玉清已身沉頓

於地里圖有玄名帝簡亦不免於不死
高聖帝君曰爲學之本當以七傷爲急既得瞻眄洞門
披覩玉篇不犯七傷之禁將坐待靈降白日昇晨如外
勤存學内不遣於七傷者此將望成而反敗期生而反
亡希吉而反凶求飛而反沈靈仙遊於高清五神散於
八荒赤子號泣於中宅遊魂悲鳴於玄宫故仙相有成
敗上學有七傷篤尚之士孰精其真諸有神挺應圖璵
胎紫虛名題東華得見七傷檢文自無此神挺靈篇不



可得妄披寶文不可得而看得見此文皆玄質合仙九年修得克得飛行玄虛上昇玉清也

雲笈七籤卷九十一

雲笈七籤卷九十二

宋　張君房　撰

仙籍語論要記

衆真語録

安妃告曰衝風繁激將不能伐君之正性絶飆勃鬱焉能迴已之清淳爾乃空中自吟虚心待神營攝百絶栖澄至真當使憂累靡干於玄宅哀念莫撓於絳津

太上曰高才英秀惟酒是耽麴糵薰心性情顛倒破壊

十善興隆十惡四達既荒六通亦塞

天尊曰一切衆生久習顛倒心想襍亂隨逐諸塵捨一取一無暫休止猶如猿猴遊於林澤跳躑奔趨不可禁止是諸凡夫心性亦爾遊五欲林在六根澤縱逸騰躍不可拘制

又曰人情難制猶如風中竪幡飄飄不止或思作偽以邀名譽定志經云人既受納有形形染六情六情一染動之弊穢惑於所有昧於所無因務因緣以此而發招

引罪垢歷世彌積輪迴於三界漂浪而忘反流轉於五道長淪而弗悟嬰抱痛毒不能自知馳神惶悖惟罪是履

太上曰天之道利而不害聖人之道為而不爭故與時爭之者昌與人爭之者凶是以有甲兵而所陳之以其不爭夫不祥者人之所不爭垢辱者人之所不欲能受人所不欲則足矣得人所不爭則寧矣

妙真經曰視過其目明不居聽過其耳精泄漏愛過其

心神出去牽過於利動惕懼結連黨友以自助者此非真也

又曰罪莫大於淫禍莫大於貪咎莫大於僭此三者禍之車也小則亾身大則殘家 按此條複出第九十卷

道言吉凶禍福窈冥中來其災禍也非富貴者請而可避其榮盛也非貧賤者欲而可得蓋修福則善應為惡則禍來

天尊曰氣不可極數難可窮死而復生幽而復明天地

運轉如車之輪人之不滅如影隨形故難終也

妙林經天尊曰夫有為生死衆生漂浪如虗中雲如空中色如谷中響如水中月如鑑中象如熱中炎如電中火如聾中聽如盲中視如啞中言如二頭鶴如三足雞如龜中毛如兎中角如是無明貪著愛見生死之本亦復如是必竟皆空不可論說譬如燈滅不可尋求生死本空亦復如是如大猛火如四毒虵不可親近生死之法亦復如是

天尊告聖行真士曰若復有人於諸法中生有見心捨於穢土求三清樂捨衆生身求真道相欲斷煩惱而入無為求利諸見乃得寂滅如是等相我説此人名大邪見譬如愚人畏於大地而欲走避所至之處不離大地衆生亦爾畏生死身疾捨三界有心厭離所得之身不離生死如是衆生未能見法求真道相深實可哀真道相者名為不作無起無滅非有非無非常非斷非大非小非色非心能體如此名為脩習真道正行

又告聖行真士曰世間衆生無明重暗真道在身莫能
覩見譬及愚人東西馳走求覓空色而不能知即色是
空一切世間亦復如是心性馳走欲求真道不知身心
即是真道又如愚人但見竹木而不知火捨木求火四
散奔走一切世間亦復如是捨身求道不知道在身中
爾又如愚人捨形求影默聲求響而不知形是影根聲
為響本以是當知世間邪見煩惱熾盛猶荆棘林如蒺
蔾園不可親近我令宣示汝等令知將來三清不離煩

惱令知大道不在他方但觀身心修習正道自然解脫天尊告遍通真士曰一切衆生心法如生云何一切衆生心法如生一切衆生本有生耶若有生者生從何有一切衆生本無生耶若無生者見有生身汝衆今見身有耶見身無耶遍通荅言我等今衆見身是無何以故前色滅已後色生故天尊曰心法亦爾非有非無念念生滅前心滅故不為後因後心生故不為前果是故我言一切衆生心法如生遍通又問曰一切衆生心法如

生生法見生生法如心心可見耶天尊荅曰心法可見
欲見心法還如見生生無方所欲見心法亦無方所遍
通又問心法如生俱無方所云何安慰令得安樂天尊
荅言身可安耶遍通曰身法念念不可安慰天尊曰心
法亦然不可安慰遍通又問既不可安云何向言安慰
其心令得樂耶天尊荅曰為見有身故令安慰既安慰
已知心非有亦復非無名得真心故得安樂
保聖纂要曰情者魂之使性者魄之吏情生於陰以起

造性生於陽以治理陽仁陰貪故情有利欲性有仁和精多則䰟𩲡強氣少則情性弱情性為嗜慾亂之由素絲染於五色也

又曰人之情性為利欲之所敗如氷雪之曝日艸木之沾霜皆不移時而消壊矣氷雪以不消為體而盛暑移其真艸木以不凋為質而大寒奪其性人有久視之命而嗜欲減其壽若能導引盡理則長生罔極

又曰神者䰟也降之於天鬼者𩲡也經之於地是以神

能服氣形能食味氣清則神爽形勞則皂濁服氣者綿綿而不死身飛於天食味者混混而殂形歸於地理之自然也

仙經曰有者因無而生形者須神而立故有為無之宫形乃神之宅莫不全宅以安主修身以養神若氣散歸空遊寬為變火之於燭燭靡則火不居水之於隄隄壞則水不存寬勞神散氣竭命終矣

又曰人常失道非道失人人常去生非生去人養神者

慎勿失道為道者慎勿失生道與生相守神與氣相保形神俱久矣

聖母元君曰功術之祕者惟符藥與氣也符者三光之靈文天真之信也藥者五行之英華池之精液也氣者陰陽之和萬物之靈爽也此三者致道之機要求仙之所寶也

又曰凡人有一千惡者後代袄逆二千惡者為奴廝三千惡者六疾孤窮四千惡者惡病流徙五千惡者為五

獄鬼六千惡者爲二十八獄囚七千惡者爲諸方地獄徒八千惡者隋寒冰獄九千惡者入無邊底獄一萬惡者墮嶭荔獄萬惡之基起於三業一一相生以至千萬惡墮嶭荔獄者永無原期渺渺終天無由濟拔得不痛哉夫人覺有一惡急宜改而不犯者去道近矣若爲魔邪所干者當洗心責己悔過自修即可反惡爲善矣人有一善則心定神安有十善則氣力強壯有百善則寶瑞降之有千善則後代神真有二千善則爲聖真仙將

吏有三千善則為聖真仙曹掾有四千善則為天下師聖真仙主統有五千善則為聖真仙魁師有六千善則為聖真仙卿大夫有七千善則為聖真仙公王有八千善則為聖真仙皇帝有九千善則為元始五帝君有萬善則為太上玉皇帝元君曰萬善之基亦在三業十善相生至千萬善行善益算行惡奪算賞善罰惡各有職司報應之理毫分不失長生之本惟善為基也

又曰專精養神不為物雜謂之清反神服氣安而不動

謂之靜制念以定志靜身以安神保氣以存精思慮兼忘冥想內視則身神並一身神並一則近真矣

道曰凡人遇我以禍者我當以福往是故福之氣常至此害之氣重從還在於彼此學道者之行也

徐來勤問曰何謂兼忘高元真人曰一切凡夫從氣亂亂際而起愚癡染著諸有雖積功勤不能無滯故使備定除其有滯有滯雖淨猶滯於空空有雙淨故曰兼忘是故名初入正觀之相

明威經云道無不在在師為師在經為經不離中矣
寶玄經云裁制偏邪同歸中正能返本流末還至本源
源即道也道無形狀假言象以為津既言冲用用實無
物
三皇經曰天下無常豈有堅固者故急當厭遠之求索
自然以脫身耳又曰萬物無有常成者皆不久完三光
明冥天地常昭然黄老玄示經曰道者不可以言傳欲
使學者述書以相授然可得聞也夫善述事者必通其

言善言詞者必通其意其意若通道可得也夫天地之初知其無眹也入于虛無者知其有實也故云其以成法其初始終也是以聖人見有書即知本無書也聞其言即知其本無言也見書知言聞言知意知意即知道也知道即知其可以口言不可以書傳也故真人以神聽聽可尊也聖人以身教教可珍也

太上告王母曰夫人受天地之氣生氣之來也謂之精精之搆也謂之靈靈之變也之謂神神之化也之謂魂

隨魂往來之謂識隨魂出入之謂魄主管精魄之謂心心有所從之謂情情有所屬之謂意意有所指之謂志志有所憶之謂思思而遠慕之謂慮慮而用事之謂智智者盡此諸見者也夫性者靜也氣者動也動靜一如内外和順非至人安能措心於此哉術藏於内隨務應變法設於外適時御民民用其道而不知其數者術也懸教設令以示民者法也氣變萬物而不見其象術化萬民而不見其形故天以氣為靈王以術為神

四等智慧觀身經云夫道者要在行合冥科積善內足然後始涉大道之境界若自不能爾皆謂徒勞於風塵耳無益生民之脩短也道在我不由彼惟慈惟愛惟善惟忍能行此四等乃與道為鄰耳

老君戒經云惡人者胎於䴥溥之精行於芻狗之類魂微魄盛尸毒腹滿人面蟲心體性狼敵嫉妒蛆蠣常懷陰賊壞成作敗言則噭嘅自遇如玉遇人如土陽推鬼黠不計殃咎昔有一人不念居業專行偷盜入大臣家

此人夜作狗形既到其家值其大功德吾時見此偷往作狗形吾即叱之令長作狗使常銜巨石還此大臣家積以為山

明威經云淫犯内外逼掠非偶翻覆陰陽公私戚屬烝通奸狡異類袄交

本行經云昔有國王元慶放心於愛欲之門值刼運終寄胎於洪氏之胞上天以其先身好色故轉為女子遂其先好也

太平經云何謂為多言然一言而致大凶是為上多言人也一言而致辱是為中多言人也一言而見窮是為下多言人也夫古之聖賢也出言文辭滿天地之間尚苦其少有不及者故災害不絕後生賢聖復重言之天下以為法不敢厭其言也故言而除害者常苦其少是以善言無多惡言無少故古之聖人將言也皆思之聖心出而成經置為人法愚者出言為身災害還以自傷

真誥曰夫百思纏胸寒熱破神營此官務當此風塵口

言吉凶之會身肩得失之門衆憂若是萬慮若此雖有真心固不為篤抱道不行握寶不用而自然望頭不白者亦稀聞也在官無事夷真内練紛錯不織其聰明爭競不交於心胥者此道士之在官也

太清中經云慎無責吾以求寶也慎無傳吾非其人也慎無閉吾絶其學也傳吾學者昌閉塞吾學者雖獨行之必遇天殃傳吾道者當法則天地江河淮海法則天地者何等不生何等不成法則江河淮海者何水不流

何川不行

西昇經云欲者凶害之根也無者天地之元也莫知其根莫識其元是故聖人去欲入無以輔其身

洞神誡身保命篇云黄帝曰聖人保命之最莫尚於身心利害身心豈過於善惡善惡所起本於心心法不住攀緣是用所緣者名曰境界能緣者名之曰心故萬品所起莫過於心萌於心者名曰行業行業所操名曰善惡故縱欲為惡息貪為善善者能為濟俗出塵之益惡

者必作敗德染穢之資故聖人知無形而用者心也形不自運者身也然心不記於身則不能顯班備用身不藉於心則亾滅不起故身心體異而理符致用萬善而趣一故能表裏為用動靜相持身無獨往為心所使心法不靜惟欲攀縁身量無涯納行不息故心為凡聖之根身為苦樂之聚聖人知患生於心衍必由己是以清心除患潔志消衍凡俗之流其即不然肆情縱欲不知欲出於心悔慢矜奢不知慢生於己惟騁愚暴不顧其

身故以禍難所階由之不識危亾自此日用不知故聖

達愍愚而垂教也

雲笈七籤卷九十二

雲笈七籤卷九十三　　宋　張君房　撰

仙籍理論要記

神仙可學論

洪範嚮用五福其一曰壽延命至於期頤皇天猶以為景福之最況神仙度世永無窮乎然則長生大慶無等倫以儔擬當代之人忽而不尚何哉嘗試論之中智已下逮于庶民與飛走蛸翹同其自生自死昧識所不及

聞道則相與笑之中智已上為名教所檢區區於三綱五常不暇聞道而若存若亡能挺然竦身而不使常情汩沒專以脩鍊為務者千萬人中或一人而已又行之者密得之者隱故舉俗罕為其方悲夫昔桑矯問於涓子曰自古有死復云有仙如之何涓子曰兩有耳夫言兩有者為理無不存理無不存則神仙可學也嵇公言神仙特受異氣稟之自然非積學所能致此未必盡其端矣有不因脩學而致者稟受異氣也有必待學而後

成者功業充也有學而不得者初勤中惰誠不終也三者各有其旨不可以一貫推之人生天地之中殊於衆類明矣感則應激則通所以耿恭抜刀平陸泉湧李廣發矢伏石飲羽精誠在於斯須擊猶土石應若影響況丹懇久著真君豈不為之潛運乎潛運則不死之階立致矣孰為真君則太上也為神明宗極獨在於窅冥之先高居紫微之上陰隲兆庶詩稱上帝臨汝書曰天監孔明福善禍淫不差毫末而迷悟之子焉測其源日用

不知背本向末故遠於仙道者有七焉近於仙道亦有七焉當世之士未能窺妙門洞幽賾雷同以泯滅為真實生成為假幻但所取者性所為者形甘之死地乃為常理殊不知乾坤為易之緼乾坤毀則無以見易形氣者為性之府形氣敗則性無所存性無所存於我何有遠於仙道一也其次謂仙必有限竟歸淪墜之弊彼昏於智察則信誣罔詎知塊然之有起自寥然之無積虛而生神神用而孕氣氣凝而漸著累著而成形形立神

居乃為人矣故任其流遁則死反其宗源則仙所以招真以錬形形清則合於氣合道以錬氣氣清則合於神體與道冥謂之得道道固無極仙豈有窮乎舉世大迷終於不悟遠於仙道二也其次强以存亾為一體謬以前識為悟真形骸以敗散為期營覓以更生為用乃厭見有之質惟謀將來之身安知入造化之洪鑪任陰陽之鼓鑄遊魂遷革别守他器神歸異族識昧先形猶鳥化為魚魚化為鳥各從所適兩不相通形變尚莫之知

何況死而再造誠可哀者而人不哀遠於仙道三也其次以軒冕為得意功名為不朽恱色䏝聲豐衣厚味自謂封殖為長策貽後昆為遠圖焉知盛必衰高必危得必喪成必虧守此用為深固置清虛於度外肯以恬智交養中和率性通真為意乎遠於仙道四也其次强盛之時為情愛所役斑白之後有希生之心雖脩學始萌而傷殘未補靡蠲積習之性空務皮膚之好竊慕道之名乖契真之實不除死籍未載玄籙歲月徃冉大期奄

至及將殂謝而怨咎神明遠於仙道五也其次聞大丹可以羽化服食可以延齡遂汲汲於鑪火孜孜於草木財屢空於八石藥難效於三關不知金液待訣於靈人芝英必資於道氣莫究其本務之於末竟無所就謂古人欺我遠於仙道六也其次身棲道流心溺塵境動違科禁靜無脩習外招清凈之譽內蓄姦回之謀人乃可欺神不可罔遠於仙道七也若乃性躭玄虛情寡嗜好不知榮華之可貴非強力以自高不見淫僻之可欲非

閑邪以自正體至仁含至静超跡塵滓棲真物表想道結襟以無為為事近於仙道一也其次希高敦古尅意尚行知榮華為浪寄忽之而不顧知聲色能伐性捐之而不取剪陰賊樹陰德懲忿欲齊毁譽處林巘脩清真近於仙道二也其次身居禄位之場心游道德之鄉奉上以忠臨下以義於己薄於人厚仁慈恭和宏施博愛外混嚻濁内含澄清潛行密脩好生惡死近於仙道三也其次蕭灑蓽門樂貧甘賤抱經濟之器泛若無洞古

今之學曠若虛爵之不從禄之不受確乎以方外為尚恬乎以攝生為務近於仙道四也其次稟明穎之姿懷秀拔之節奮忘機之旅當銳巧之師所攻無敵一戰而勝然後靜以安身和以保神精以致真近於仙道五也其次追悔既往洗心自新雖失之於壯收之於晚節以功補過過落而功全以正易邪邪忘而正在轗軻不能移其操諠譁不能亂其情惟精惟微積以誠著近於仙道六也其次至忠至孝至貞至廉案真誥之言不

待脩學而自得比干剖心而不死惠風溺水而復生伯夷叔齊曾參孝已人見其没道之使存如此之流咸入仙格謂之隱景潛化死而不忘此例自然近於仙道七也故彼七遠取此七近謂之拔陷區出溺塗碎禍車登福輿始可與涉神仙之津矣於是識元命之所在知正氣之所由虛凝澹泊怡其性吐故納新和其神髙虛保定之良藥匡補之使表裏兼濟形神俱超雖未昇騰吾必謂之揮翼於丹霄之上矣夫道無為無形有情有性

故曰人能思道道亦思人道不負人人負於道淵哉言乎世情謂道體玄虛則貴無而賤有人資器質則取有而遺無庸知有自無而生無因有而明有無混同然後為至故空寂玄寥大道無象之象也兩儀三辰大道有象之象也若但以虛極為妙不應以吐納元氣流陰陽生天地運日月也故有以無為用無以有為資是以覆載長存真聖不滅故為生者天地之大德也所以見宇宙之廣萬物之殷為吾存也若煙散灰滅何異於天傾

地淪彼徒昭昭非我所有故曰死者天人之荼毒孰能黜彼荼毒拂衣絶塵獨與道鄰道豈遠乎將斯至矣夫至虛韞妙待感而靈猶金石含響待擊而鳴故豁方寸以契虛虛則靜憑至靜以積感感則通通則宇宙泰定天光發明形性相資未始有極且人之禀形模範天地五蔵六府百關四肢皆神明所居各有主守存之則有廢之則無有則生無則死故去其死取其生若乃諷太帝之金書研洞真之玉章集帝一於絳宮列三元於紫

房吸二曜之華景登七元之靈綱道備功全則不必琅玕大還而高舉矣此皆自凡而為仙自仙而為真真與道合謂之神人神人能存能亡能晦能光出化機之表入太漠之鄉無心而朗鑒無翼而翱翔嬉明霞之館宴羽景之堂歘齊浩刧而無疆壽同太虛而不可量此道布在金簡安可輕宣其容奥哉好學之士宜啟玉檢以探其祕焉又儒墨所宗忠孝慈愛仙家所尚則慶及王侯福薦祖考祚流子孫其三者孰為大於戲古初不得

而詳羲軒已來廣成赤松令威安期之徒何代不有遠則載於竹帛近則接於見聞古今得者皎皎如彼神仙可學炳炳如此凡百君子胡不勉之哉

道性論

天尊告善才言善男子我欲海空修習因者即是道性道性無生無滅無生滅故即是海空海空之空無因無果無因果故以破煩惱以是因縁名為脩習善才荅言如是所説道性之性無生無滅衆生道性為悉共有各

各有之若共者一人得入海空藏時一切衆生亦應俱入譬如怨讎或千或百若一人可和千百則千百亦和一人相怨道性亦爾一人時和一切衆生道性不一不二究竟平等猶如虛空一切衆生同共有之天尊告曰善男子深山有寶名曰上勝人若取之則成富有衆生道性亦復如是善才又言如所說上勝寶者是一是多若一者一人得已則應有盡山空寶盡云何而言一切衆生修持淨戒得入一乘海空智藏若是多者云何而

言是海空者非一切法衆生道性亦如是耶天尊答曰善男子譬如一路或大或小一切衆生悉於中行無障礙故道性衆生亦復如是善男子譬如寳珠惟有一門雖有人多經遊出入曾無逼窄亦無人能破壞寳珠而賫持去道性衆生亦復如是善男子譬如橋梁隨諸行人或重或輕以是橋梁無有增減衆生道性亦復如是又譬如鹽味置於諸物乃至水中皆悉鹹物物不名鹽鹽不名物乃至水中亦復如是名字雖變性不失偏五

味之中皆悉鹹味若有飲水鹽味甚逼實不見鹽於水中衆生道性亦復如是維遍五道長短異身而道性常一不異

## 三相論

海空智藏經云三相者所謂有相非有相非無相若照此相則得入於智慧之源夫觀三相舛越不同自有衆生從有相觀入至無相自有衆生從無相觀入至有相自有衆生神意定然非彼二相而得觀見有無之相善

男子若有衆生作人學人常運其心從有觀無而樹意言我見萬物今雖現有必歸於無當知一切盡是虛無非有實事無湛然慧無觀空慧無應用慧當知此人是為斷見雖似智慧而乖其宗善男子若復有人常運其心從無觀有而樹意言即此世中皆從無生向本無此而今有之有何緣生必因於無是知無中皆悉有有以有有故一切無無當知此人是為狹見雖以智慧而失其宗善男子若復有人常運其心從非有非無中觀

於有無而樹意言即世衆生悉皆非有亦復非無所以爾者若言有者則終歸無若言無者今見則有若必爾者則為不定不定業故不得出生人天果報當知六道形有則有形滅則無若作此觀是謂惑見非謂智慧如此三見失智慧本善男子若復有人觀於三者作如此心曰我觀一切無即是寂寥不能生物豁然不動不能感應善男子譬如大山善能興雲生雨如此等從有出有決定當知無無不出又復觀於既有形質即此形質

是有象有離此形質無處名有又復觀於非有非無善男子譬如風聲聲響遍徹如此等例風質非無質不可得若言實有又非礙著響亦如是應知此例非有非無若有學人作此觀者亦皆失於智慧之本善男子復有人觀於三相作四種意妙無妙有麤無麤有明此四意自然能見非有非無何謂妙無即是道性以何因緣道性之理自為妙無以淵寂故以應感故若以住於淵寂之地觀於諸有則見無相若以住於感應之地觀於諸

有則見有相善男子若言道性命為無有中有應感若言道性令為有者而實寂泊以是當知道性之有非世間有道性之無是謂妙無何等因縁觀於妙有即是應感法身之端嚴茂發起超絶三有雖有其質不同凡有以是因縁謂為妙有善男子以何因縁觀於麤無麤無即無無感無應空處寂漠豁然而已謂為麤無善男子以何因縁觀於麤有若麤有者即是質礙以礙著故謂為麤有善男子若能善知遍此四意分别體相當知此

人已得知非有非無以何因緣而得知之即尋道性義理得之若有學人習觀三相了此四意則為入於智慧寶城遊智慧室坐智慧牀餐智慧食是得智慧機相之本

## 真相論

曜明真人稽首問天尊曰不審世間真相為一相耶天尊告言曜明真士今當問子子之所見為法見耶曜明答曰世間真相有法見耶有相見耶天尊答曰告言真

相世間本無差別衆生所見未能通達但觀其相未能見法是故分别世間真相其相不同今以慧眼觀世間相即相是真能了真相名為見法以是之故不壊世間而得真相曜明又曰不壊世間而得真相未審世間何以為相而言不壊即是真相天尊曰世間相者即是無明貪著愛見瞋恚愚癡等諸煩惱是世間相若人能知煩惱性空本無貪愛無明永静無法可斷以是當知不斷煩惱而得真相無相無斷無得無明無法無斷無得

名斷煩惱無斷名得真相以是當知不斷煩惱而得真相如向所說是有二種一者相見二者法見法見之人言得真相相見之人言得煩惱以是當知法見之人常得妙本故得真相相見之人常觀麤迹故得煩惱若人能知煩惱性空未曾有法從迹觀本名得法見

陰陽五行論

陰潛陽內陽伏陰中陰得陽烝故能上昇陽得陰制故能下降陽烝陰以息氣陰凝陽以澄精日月昇降乾坤

交泰而萬化成焉陰陽自少至老而分為五行少陽成木老陽成火少陰成金老陰成水參而和之而成夫婦火性炎烝木性勁直金性堅剛水性潤滋土性和柔故木以發之火以化之水以滋之土以和之金以勁之故得品物成焉五勝者皆以生我為利尅彼為用利用相乘故有成敗經云五行相尅萬物悉可全云動靜者終始之道聚散者化生之門也陽其動乎陰其處乎動以生之靜以息之淳陽不生淳陰不成陰陽更用晝夜相

資晝日行陽夜月行陰陽養於陰陰發於陽而明生焉陽和氣者發於春王於夏收於秋藏於冬九地之下反有陽九天之上反有陰故十一月卦辭云復其見天地之心乎陽在下也陽伏地内潛靜之時故見天心其在人也腎藏於陽腦潛於陰及其老也和氣不足陰陽將散則陽上昇陰下降故腦熱而腎冷腎無陽氣則脚無力腦無陰氣則眼目不明故陰陽不交萬物不成純陽亢極則日月無光艸木以之焦枯純陰滯畜則霖雨淫

霆水淹以之漂蕩故陰陽相摩天地相盪震而為雷擊而為電鼓而為風結而為雹蒸而為雲霧液而為雨露凝而為霜雪和氣為民人偏氣為禽獸襍氣為艸木煩氣為蟲魚、

雲笈七籤卷九十三

欽定四庫全書

雲笈七籤卷九十四

宋 張君房 撰

仙籍語論要記

坐忘論并序凡七篇

夫人之所貴者生也生之所貴者道也人之有道如魚之有水涸轍之魚猶希升水弱喪之俗無心造道惡生死之苦愛生死之業重道德之名輕道德之行喜色味為得志鄙恬素為窮辱竭難得之貨市來生之福縱易

染之情喪今生之道自云智巧如夢如迷生來死去循環萬劫審惟倒置何甚如之故妙真經云人常失道非道失人人常去生非生去道故養生者慎勿失道為道者慎勿失生使道與生相守生與道相保二者不相離然後乃長久言長久者得道之質也經云生者天之大德也地之大樂也人之大福也道人致之非命祿也又西昇經云我命在我不屬於天由此言之脩短在已得非天與失非人奪捫心苦晚時不少留所恨朝菌之年

已過知命歸道之要猶未精通為惜寸陰速如景燭勉尋經旨事簡理直其事易行與心病相應者約著安心坐忘之法略成七條脩道階次兼其樞翼以編叙之

## 信敬

夫信者道之根敬者道之蔕根深則道可長蔕固則德可茂然則壁耀連城之彩卞和致刖言開保國之效伍子從誅斯乃形器著而心緒迷理事萌而情思忽況至道超於色味真性隔於可欲而能聞希微以懸信聽罔

象而不惑者哉如人有聞坐忘之法信是脩道之要敬仰尊重決定無疑者加之勤行得道必矣故莊周云隳肢體黜聰明離形去智同於大通是謂坐忘夫坐忘者何所不忘哉内不覺其一身外不知乎宇宙與道冥一萬慮皆遺故莊子云同於大通此則言淺而意深惑者聞而不信懷寳求寳其如之何故經云信不足有不信謂信道之心不足者乃有不信之禍及之何道之可望乎

## 斷緣

斷緣者謂斷有為俗事之緣也棄事則形不勞無為則心自安恬簡日就塵累日消跡彌遠俗心彌近道至神至聖孰不由此乎故經云塞其兌閉其門終身不勤或顯德露能來人保已或遺問慶弔以事往還或假脩隱逸情希昇進或酒食邀致以望後恩斯乃巧蘊機心以干時利既非順道深妨正業凡此之類皆應絕之故經云開其兌濟其事終身不救我但不唱彼自不和彼雖

有唱我不和之舊緣漸斷新緣莫結醴交勢合自致日疎無事安閒方可脩道故莊子云不將不迎為無交俗之情故也又云無為名尸無為謀府無為事任無為知主若事有不可廢者不得已而行之勿遂生愛繫心為業

收心

夫心者一身之主百神之帥靜則生慧動則成昏欣迷幻境之中唯言實是甘宴有為之内誰悟虚非心識顛

癡良由所託之地且卜鄰而居猶從改操擇交而友尚能致益況身離生死之境心居至道之中安不捨彼乎能不得此乎所以學道之初要須安坐收心離境住無所有不著一物自入虛無心乃合道故經云至道之中寂無所有神用無方心體亦然原其心體以道爲本但爲心神被染蒙蔽漸深流浪日久遂與道隔今若能淨除心垢開釋神本名曰脩道無復流浪與道冥合安在道中名曰歸根守根不離名曰靜定靜定日久病消命復

復而又續自得知常知常知則無所不明常則永無變滅出離生死實由於此是故法道安心貴無所著故經云夫物芸芸各歸其根歸根曰静静曰復命復命曰常知常曰明若執心住空還是有所非謂無所凡住有所則自令人心勞氣發既不合理又反成疾但心不著物又得不動此是真定正基用此為定心氣調和久益輕爽以此為驗則邪正可知若心起皆滅不簡是非永斷知覺入於盲定若任心所起一無收制則與凡人元來不别

若唯斷善惡心無指歸肆意浮游待自定者徒自悞耳若遍行諸事言心無染者於言甚美於行甚非真學之流特宜戒此今則息亂而不滅照守靜而不著空行之有常自得真見如有時事或法有要疑者且任思量令事得濟所疑復悟此亦生慧正根事訖則止實莫多思多思則以知害恬為子傷本雖騁一時之俊終虧萬代之業若煩邪亂想隨覺則除若聞毀譽之名善惡等事皆即撥去莫將心受若心受之即心滿心滿則道無所

居所有聞見如不聞見則是非美惡不入於心心不受外名曰虚心心不逐外名曰安心心安而虚則道自來止故經云人能虚心無為非欲於道道自歸之内心既無所著外行亦無所為非静非穢故毁譽無從生非智非愚故利害無由至實則順中為常權可與時消息苟免諸累是其智也若非時非事役思强為者自云不著終非真覺何邪心法如眼也纖毫入眼眼則不安小事關心心必動亂既有動病難入定門是故脩道之要急

在除病病若不除終不得定又如良田荊棘未誅雖下種子嘉苗不成愛見思慮是心荊棘若不除翦定慧不生或身居富貴或學備經史言則慈儉行乃貪殘辯足以飾非勢足以威物得則名已過必尤人此病最深雖學無益所以然者為自是故然此心由來依境未慣獨立乍無所託難以自安縱得蹔安還復散亂隨起隨制務令不動久久調熟自得安閒無問晝夜行立坐卧及應事之時常須作意安之若心得定但須安養莫有

惱觸少得定分則堪自樂漸漸馴狎唯覺清遠平生所重已嫌弊漏況因定生慧深達真假乎牛馬家畜也放縱不收猶自生鯁不受駕御鷹鸇野鳥也被人繫絆終日在手自然調熟況心之放逸縱任不收唯益麤踈何能觀妙故經云雖有拱璧以先駟馬不如坐進此道夫法之妙者其在能行不在能言行之則此言為當不行則此言為妄又時人所學貴難賤易若深論法惟廣說虛無思慮所不達行用無所階者則歎不可思議而下

風盡禮如其信言不美指事陳情聞則心解言則可行者此實不可思議而人不信故經云吾言甚易知甚易行天下莫能知莫能行夫唯不信是以不吾知也或有言火不熱燈不照闇稱為妙義夫火以熱為用燈以照為功今則盛言火不熱未嘗一時廢火空言燈不照闇必須終夜然燈言行相違理實無取此尸破相之言而人反以為深元之妙雖則恵子之宏辯莊生以為不堪膚受之流誰能科簡至學之士庶不留心或曰夫為大

道者在物而心不染處動而神不亂無事而不為無時而不寂今猶避事而取靜離動而之定勞於控制乃有動靜二心滯於住守是成取捨兩病不覺其所執仍自謂道之階要何其謬耶述曰總物而稱大道物之謂道在物而不染處事而不亂真為大矣實為妙矣然謂吾子之鑒有所未明何則徒見貝錦之輝煥未曉始抽於素絲纔聞鳴鶴之沖天詎識先資於鷇食徹日之榦起於毫末神凝之聖積習而成今徒學語其聖德而不知

聖之所以德可謂見卵而求時夜見彈而求鴞炙何其造次哉故經云玄德深矣遠矣與物反矣然後乃至大順

簡事

夫人之生也必營於事物事物稱萬不獨委於一人巢林一枝鳥見遺於叢葦飲河滿腹獸不恡於洪波外求諸物內明諸已知生之有分不務分之所無識事之有當不任非當之事事非當則傷於智力務過分則斃於

形神身且不安何情及道是以脩道之人要須斷簡事物知其閑要較量輕重識其去取非要非重皆應絶之猶人食有酒肉衣有羅綺身有名位財有金玉此並情欲之餘好非益生之良藥衆皆徇之自致亡敗靜而思之何迷之甚故莊子云達生之情者不務生之所無以為生之所無生之所無以為者分之外物也疏食敝衣足延性命豈待酒食羅綺然後為生哉是故於生無要用者並須去之於生雖用有餘者亦須捨之財有害氣積則傷人雖少

猶累而況多乎今以隨侯之珠彈千仞之雀人猶笑之
況棄道德忽性命而從非要以自促伐者乎夫以名位
比於道德則名位假而賤道德真而貴能知貴賤應須
去取不以名害身不以位易道故莊子云行名失已非
士也西昇經云抱元守一至度神仙子未能守但坐榮
官若不簡擇觸事皆為則身勞智昏修道事闕若處事
安閑在物無累者自屬證成之人若實未成而言無累
者誠自誑耳

真觀

夫觀者智士之先鑒能人之善察究儻來之禍福詳動靜之吉凶得見機前因之造適深祈衛定功務全生自始至末行無遺累理不違此故謂之真觀然則一餐一寢居為損益之源一言一行堪成禍福之本雖則巧持其末不如拙戒其本觀本知末又非躁競之情是故收心簡事日損有為體靜心閑方能觀見真理故經云常無欲以觀其妙然於修道之身必資衣食事有不可廢

物有不可棄者當須虛襟而受之明目而當之勿以為妨心生煩躁若見事為事而煩躁者心病已動何名安心夫人事衣食者我之船舫我欲渡海事資船舫渡海若訖理自不留何因未渡先欲廢船衣食虛幻實不足營為欲出離虛幻故求衣食雖有營求之事莫生得失之心則有事無事心常安泰與物同求而不同貪與物同得而不同積不貪故無憂不積故無失跡每同人心常異俗此實行之宗要可力為之前雖斷簡病有難除

者且依法觀之若色病重者當觀染色都由想耳想若不生終無色事若知色想外空色心内妄妄心空想誰為色主經云色者全是想耳想悉是空何有色耶又思妖妍美色甚於狐魅狐魅惑人令人厭患身雖致死不入惡道為厭患故永離邪婬妖豔惑人令人愛著乃至身死留戀彌深為邪念故死墮地獄永失人道福路長乖故經云今世發心為夫妻死後不得俱生人道所以者何為邪念故又觀色若定是美何故魚見深入鳥見

高飛仙人以為穢濁賢士喻之刀斧一生之命七日不食便至於死百年無色飄免夭傷故知色者非身心之切要適為性命之讎賊何乃繫戀自取銷毀若見他人為惡心生嫌惡者猶如見人自殺己身引項承取他刃以自害命他自為惡不遣代當何故引取他惡以為己病又見為惡者若可嫌見為善者亦須惡夫何故同障道故若苦貧者則審觀之誰與我貧天地平等覆載無私我今貧苦非天地也父母生子欲令富貴我今貧賤

非由父母人及鬼神自救無暇何能有力將貧與我進退尋察無所從來乃知我業也乃知天命也業由我造命由天賦業命之有猶影響之逐形聲既不可逃又不可怨唯有智者因而善之樂天知命不覺貧之可苦故莊子云業入而不可舍為自業故貧病來入不可舍止經云天地不能改其操陰陽不能迴其業由此言之故知真命非假物也有何怨焉又如勇士逢賊無所畏懼揮劍當前羣寇皆潰功勳一立榮祿終身今有貧病惱

害我者則冠賊也我有正心則勇士也用智觀察則揮劍也惱累消除則戰勝也湛然常樂則榮祿也凡有苦事來迫我心不作此觀而生憂惱者如人逢賊不立功勲棄甲背軍以受逃亡之罪去樂就苦何可愍焉若病者當觀此病由有我身我若無身患無所託故經云及吾無身吾有何患次觀於心亦無真宰內外求覓無能受者所有計念從妄心生若枯體灰心則萬病俱泯若惡死者應念我身是神之舍身今老病氣力衰微如屋

朽壞不堪居止自須捨離別處求安身死神逝亦復如是若戀生惡死拒違變化則神識錯亂自失正業以此託生受氣之際不感清秀多逢濁辱蓋下愚貪鄙實此之由是故當生不悅順死無惡者一為生死理齊二為後身成業若貪愛萬境一愛一病一肢有疾猶令舉體不安而向一心萬疾身欲長生豈可得乎凡有愛惡皆是妄生積妄不除何以見道是故心捨諸欲住無所有除情正信然後返觀舊所癡愛自生厭薄若以合境之

心觀境終身不覺有惡如將離境之心觀境方能了見是非譬如醒人能知醉者為惡如其自醉不覺他非故經云吾本棄俗厭離人間又云耳目聲色為子留愆鼻口所喜香味是怨老君厭世棄俗猶見香味為怨嗜慾之流焉知鮑肆為臭哉

泰定

夫定者盡俗之極地致道之初基習靜之成功持安之畢事形如槁木心若死灰無感無求寂泊之至無心於

定而無所不定故曰泰定莊子云宇泰定者發乎天光宇則心也天光則慧也心為道之器宇虚静至極則道居而慧生慧出本性非適今有故曰天光但以貪愛濁亂遂至昏迷澡雪柔挺復歸純静本真神識稍稍自明非謂今時别生他慧慧既生已寶而懷之勿謂多知以傷於定非生慧之難慧而不用為難自古忘形者衆忘名者寡慧而不用是忘名者也天下希及之是故為難貴能不驕富能不奢為無俗過故得長守富貴定而不動

慧而不用德而不恃為無道過故得深證常道故莊子云知道易勿言難知而不言所以之天知而言之所以之人古之人天而不人慧能知道非得道也人知得慧之利未知得道之益因慧以明至理縱辯以感物情與心徇事觸類而長自云處動而心常寂焉知寂者寂以待物乎此行此言俱非泰定智雖出衆彌不近道本期逐鹿獲兎而歸所得蓋微良由局小故莊子云古之脩道者以恬養智智生而無以知為也謂之以智養恬智

與恬交相養而和理出其性恬智則定慧也和理則道德也有智不用以安其恬養而久之自成道德然論此定因為而得成或因觀利而見害懼禍而息心或因損捨滌除積習心熟同歸於定咸若自然疾雷破山而不驚白刃交前而無懼視名利如過隙知生死若潰癰故知用志不分乃凝神也心之虛妙不可思也夫心之為物即體非有隨用非無不馳而速不召而至怒則玄石飲羽怨則朱夏隕霜縱惡則九幽匪遥積善則三清何

遠忽來忽往動寂不能名時可時否蓍龜莫能測其為調御豈鹿馬比其難乎太上老君運常善以救人昇靈臺而演妙畧二乘之因果廣萬有之自然漸之以日損頓之以不學喻則張弓鑿户法則挫鋭解紛脩之有途習以成性黜聰隳體嗒焉坐忘不動於寂幾微入照履殊方者了義無日由斯道者覩妙可期力少功多要矣妙矣

得道

夫道者神異之物靈而有性虛而無象隨迎莫測影響莫求不知所以不然而然之通生無匱謂之道至聖得之於古妙法傳之於今循名究理全然有實上士純信克己勤行空心谷神唯道來集道有至力染易形神形隨道通與神為一形神合一謂之神人神性虛融體無變滅形與之同故無生死隱則形同於神顯則神同於形所以蹈水火而無害對日月而無影存亡在己出入無間身為滓質猶至虛妙況其靈智益深益遠乎故靈

寶經云身神共一則為真身又西昇經云形神合同故能長久然虛心之道力有深淺深則兼被於形淺則唯及其心被形者則神人也及心者但得慧覺而已身不免謝何則慧是心用用多則體勞初得小慧悅而多辯神氣散洩無靈潤身生致早終道故難備經云尸解此之謂也是故大人含光藏暉以期全備凝神寶氣學道無心神與道合謂之得道故經云同於道者道亦得之又云古之所以貴此道者何不日求以得有罪以免耶

山有玉草木因之不彫人懷道形體得之永固資薰日久變質同神練神入微與道冥一散一身為萬法混萬法為一身智照無邊形超有際總色空以為用合造化以為功真應無方信惟道德故西昇經云與天同心而無知與道同身而無體然後大道盛矣而言盛者謂證得其極又云神不出身與道同久且身與道同則無時而不存心與道同則無法而不通耳則道耳無聲而不聞眼則道眼無色而不見六根洞達良由於此至論玄

教為利深廣循文究理嘗試言之夫上清隱秘精脩在感假神丹以鍊質智識為之洞忘道德開宗勤信唯一緼虛心以滌累形骸得之絕影方便善巧俱會道源心體相資理踰車室從外因內異軌同歸該通奧賾議默無逮二者之妙故非孔釋之所能鄰其餘不知蓋是常耳

雲笈七籤卷九十四